



# Fomento de la participación de los y las adolescentes en la nutrición, la salud y el desarrollo sostenible

Resultados de investigaciones realizadas en Guatemala

Informe – Octubre 2018

## Prólogo

---

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible hacen un llamado a todos los países del mundo a promover la prosperidad y bienestar de todos, además de también afrontar el cambio climático. En particular, el Objetivo 2: Hambre Cero enfatiza la importancia de ponerle fin al hambre y asegurar el acceso a una alimentación suficiente y nutritiva para todos.

Los altos niveles de desnutrición crónica en Guatemala ponen en riesgo el crecimiento sostenible del país. Las consecuencias de la desnutrición crónica son devastadoras ya que afectan el desarrollo cognitivo y físico de la población que la sufre y de esa manera la productividad futura del país. Es fundamental que los esfuerzos sean enfocados en acciones preventivas multisectoriales para abordar las diferentes causas de desnutrición.

El Programa Mundial de Alimentos de las Naciones Unidas en Guatemala es un aliado clave en la lucha contra la malnutrición y el avance hacia el logro del objetivo 2: Hambre Cero. La agencia apoya esfuerzos nacionales para promover una mejor nutrición y salud para todas las familias, particularmente aquellas que viven en condiciones de pobreza e inseguridad alimentaria.

Es importante enfocar acciones en los primeros mil días de la vida de una persona, hay consenso que este período proporciona una única 'ventana de oportunidad' para prevenir retraso en el crecimiento. El sector de la nutrición también está dando mayor énfasis a la necesidad de asegurar buena salud y nutrición durante la niñez y adolescencia. La adolescencia es un período significativo de desarrollo cerebral y crecimiento físico que proporciona una segunda 'ventana de oportunidad' tanto para el desarrollo individual como colectivo.

Este estudio, muy bien ejecutado por Anthrologica, proporciona un entendimiento en cómo afrontar efectivamente problemas de nutrición y alimentación con los y las adolescentes e incorpora sus perspectivas. Esperamos que el informe sea un recurso para instituciones y personas que trabajan con adolescentes y/o en nutrición, y que este contribuya a nuestro avance hacia los Objetivos de Desarrollo Sostenible, particularmente en alcanzar el Objetivo 2: Hambre Cero.



Mario Touchette  
Representante  
Programa Mundial de Alimentos  
Guatemala



## Agradecimientos

---

El Objetivo Global 2, Hambre Cero, abrió una ventana crítica de acción y dio una oportunidad para que el Programa Mundial de Alimentos (PMA) pueda asumir un papel de liderazgo en resaltar las necesidades nutricionales y relacionadas de los y las adolescentes. Deseamos agradecer a Lynnnda Kiess, Asesora Senior en Políticas, e Indira Bose, Consultora de Fill The Nutrient Gap (Cierre de Brecha de Nutrientes), por su iniciativa en encabezar esta investigación en PMA.

Este informe documenta la investigación formativa realizada en Guatemala como parte de un estudio multinacional para comunicar sobre los programas para adolescentes y el compromiso para la salud, nutrición y desarrollo sostenible. También se ha elaborado un informe conciso que resume los principales hallazgos y recomendaciones y una base de datos de actores involucrados que trabajan con adolescentes. Un informe sintetizando el aprendizaje clave a través de los cuatro países incluidos en el proyecto (Camboya, Guatemala, Kenia y Uganda).

Queremos reconocer la colaboración de las siguientes personas y organizaciones y agradecerles por su apoyo. De PMA Guatemala, Mario Touchette, Maritza de Oliva, Eunice López, Irma Chavarría, Sandra Recinos, Amilza Orozco y Melvin Álvarez; de la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SESAN), María Balvina Coc Hernández, Pablo Lara y José Lino Yoc Acuta; Ángel Valle y el equipo de Abriendo Oportunidades de Population Council; la red de mentoras en Chisec; y Tatiana Paz Lemus de la Universidad del Valle de Guatemala.

También agradecemos a agencias y organizaciones que contribuyeron a las consultas del proyecto incluyendo UNICEF, FPNU, HP+ USAID, el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, Comité de Bienestar Familiar, Consejo Nacional de la Juventud, Asociación para el Desarrollo de Investigación y Educación Integral y el Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá.

Extendemos el agradecimiento a colegas que apoyaron la investigación en los cinco sitios de campo: miembros de los Consejos Comunitarios de Desarrollo en Cerro Azul, Monja Blanca, Maraxco y Xzetzizi; el personal y maestros de Mi Especial Tesoro; y el Comité Nacional de Alfabetización en Chimaltenango, Chimaltenango.

Por parte de Anthrologica, el estudio general fue dirigido por Juliet Bedford. La investigación en Guatemala fue conducida por Ingrid Gercama y apoyada por Theresa Jones y Ginger Johnson quienes condujeron los estudios en Uganda, Kenia, y en Camboya respectivamente. Leslie Jones contribuyó a la búsqueda inicial de documentos y revisión bibliográfica de los antecedentes. Le extendemos el agradecimiento a la asistente de investigación nacional del estudio en Guatemala, María Ana Isabel Galindo Flores; las asistentes de investigación de campo Claudia Macz, Virginia Cum; traductoras María José Salazar y Soledad Tzoc Bec; intérpretes Mathilde Choc, Marcelina Tum, Modesta Ical Cholom; y las alumnas en práctica de investigación Ana Lis Salazar Batres y Sofía Gonzáles de la Universidad del Valle de Guatemala. El informe final fue traducido en inglés por PMA Guatemala.

Le agradecemos a Unilever por proporcionar fondos a PMA para esta investigación. El desarrollo de la investigación, el informe y sus hallazgos fueron independientes a la visión y opinión de la industria. PMA no respalda ningún producto o servicio.

Finalmente, y más importante, le expresamos nuestra más sincera gratitud a todos y todas las participantes en este estudio por compartir sus experiencias y opiniones, y por brindar tan gustosamente su tiempo.

Fotografías y dibujos © Anthrologica 2018. Todos los participantes otorgaron su pleno consentimiento para que sus fotografías, dibujos y otras imágenes fueran utilizadas en esta investigación y documentos relacionados.

## Resumen Ejecutivo

---

### Antecedentes

La adolescencia es un período significativo de desarrollo cerebral y crecimiento físico a un ritmo superado únicamente por los primeros 1000 días críticos de la vida. Tal como se identifica en el Objetivo 2 del Desarrollo Sostenible, Hambre Cero, satisfacer las necesidades nutricionales de las niñas adolescentes es uno de los pasos claves para lograr el objetivo de poner fin a la malnutrición para el 2030. La ‘Serie sobre Nutrición Materno Infantil’ publicada en 2013 por *The Lancet*, la Visión de la Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible y el movimiento “*Scaling Up Nutrition*” (SUN - por sus siglas en inglés) han desempeñado papeles cruciales para destacar que las intervenciones de nutrición de adolescentes deben ser adaptadas a las niñas y las adolescentes. Intervenciones para mejorar el acceso a la educación, retrasar el matrimonio y prevenir embarazos tempranos pueden contribuir en mejorar la nutrición de las adolescentes para que puedan alcanzar su pleno potencial. Sin embargo, falta evidencia para guiar el desarrollo y distribución de mensajes estratégicos nutricionales e intervenciones para este grupo objetivo específicamente. Se necesita más investigación sobre el estado nutricional de los y las adolescentes a nivel mundial.

Acorde con el cambio de la atención global hacia los y las adolescentes, hay un incremento en el compromiso y movilización de representantes multisectoriales alrededor de la agenda de la adolescencia en Guatemala. Según la Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil (ENSMI) más reciente (datos de 2014-2015), el 24% de la población en Guatemala tiene entre 10 y 19 años. EL Plan Nacional de Desarrollo K’atun Nuestra Guatemala 2032 impulsado por la Secretaría de Planificación y Programación de la Presidencia (SEGEPLAN), aboga por la participación activa de los y las adolescentes en el ámbito social y económico del país. La política resalta la importancia de la educación, las oportunidades de empleo y los servicios de salud sexual adecuados a las necesidades de los y las adolescentes. El plan también indica la necesidad de combatir la desnutrición a nivel nacional involucrando a las madres y a la niñez menor de cinco años.

Guatemala enfrenta la ‘triple carga’ de la malnutrición, con altas tasas de retraso en el crecimiento, deficiencia de micronutrientes y obesidad tanto entre la población indígena como en la no indígena. El país ocupa el quinto lugar a nivel de retraso en el crecimiento en niños de cinco años en el mundo, y el más alto en América Latina. Al mismo tiempo, una combinación de dieta no saludable y falta de ejercicio (solamente el 50% de la población indica que realiza alguna actividad física) es un riesgo importante para la salud de todos los grupos de edades. Las causas principales de mortalidad para la población en general están relacionadas con una mala nutrición y estilos de vida no saludables, incluyendo ataques cardíacos, derrames e insuficiencia cardíaca (41%), cirrosis y neoplasias malignas (14%). También con una alta prevalencia de diabetes.

Aunque son escasos los datos de nutrición específicos de los y las adolescentes, datos recolectados de mujeres de edad reproductiva (15-49 años) en la ENSMI ilustran los retos de salud afrontados: 25% de todas las mujeres y el 37% de las mujeres indígenas en ese grupo de edad miden menos de 145 cm de altura, lo cual está correlacionado con mala nutrición en la vida temprana. Además, el 52% de las mujeres de 15-49 años tienen un índice de masa corporal (IMC) mayor a 25, lo que significa que padecen sobrepeso u obesidad, y el 14% sufren de anemia. Se reporta que el 24% de todas las mujeres embarazadas y el 32% de todos los niños y niñas entre 6-59 meses padecen anemia. Las deficiencias de micronutrientes (zinc, folato y vitamina B12) siguen siendo problemas muy comunes. El estudio Fill the Nutrient Gap llevado a cabo en Guatemala en el 2016 demostró que debido a los patrones actuales de consumo de alimentos es muy probable que muchas adolescentes en todo el país estén consumiendo dietas nutricionalmente inadecuadas y tengan deficiencia en micronutrientes importantes.

El estado nutricional de una persona impacta su habilidad de aprender, trabajar, reproducirse y combatir enfermedades. Por lo tanto, las intervenciones dirigidas a la nutrición probablemente afectarán no solo a la persona sino también al desarrollo social, calidad educativa, destreza de la fuerza laboral y productividad, economía y calidad de vida. Guatemala no cuenta con una política específica para la nutrición en adolescentes, y son raras veces mencionados en las políticas nacionales de nutrición. La Estrategia Nacional para la Prevención de la Desnutrición Crónica 2016-2020 (ENPDC) hace un énfasis especial en el elevado perfil de riesgo por sobrepeso y obesidad durante la adolescencia. Por otro lado, el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS) está desarrollando la Estrategia Nacional para la Prevención del Sobrepeso y la Obesidad en Niñez y Adolescentes (2017-2024). La estrategia plantea la necesidad de realizar un abordaje integral y preventivo, con enfoque multisectorial en donde participan actores incluidos SESAN, MINEDUC, MAGA, INCAP y otros actores de la academia, varias Organizaciones de Naciones Unidas y la sociedad civil.

## Objetivos de la investigación

Esta investigación es parte de un estudio de cuatro países que está contribuyendo a la base de evidencia global para la nutrición en la adolescencia. Los otros tres países incluidos en el estudio son Camboya, Kenia y Uganda. La investigación tiene cuatro objetivos generales:

- Evaluar las experiencias, necesidades y prioridades de los y las adolescentes respecto a su nutrición.
- Entender la política, entorno programático y prácticas actuales para involucrar efectivamente a los y las adolescentes.
- Establecer las preferencias de los y las adolescentes respecto a cómo quieren ser involucrados en los programas.
- Establecer recomendaciones centradas en el usuario para que las intervenciones nutricionales sean más orientadas a los y las adolescentes y de contexto específico.

## Metodología

Este estudio colaborativo de métodos combinados fue realizado entre abril y diciembre de 2017 en alianza con SESAN. Un análisis del panorama del país en programas para los y las adolescentes registró 40 actores claves trabajando con adolescentes en el país, y se sistematizó el enfoque, el cronograma y ubicación de las intervenciones, el grupo objetivo (edad, etnia, género), modalidades de involucramiento y ejecutores clave del programa. Haciendo uso de metodologías creativas y participativas se obtuvieron las perspectivas, experiencias y sugerencias de los y las adolescentes y sus comunidades. Los datos fueron recolectados en tres departamentos: Alta Verapaz, Chimaltenango y Chiquimula. En Alta Verapaz, el trabajo de campo se realizó en Cerro Azul (rural) y Chisec (urbano); en Chimaltenango, en Xzetzizi (rural) y en Ciudad de Chimaltenango (urbano); y en Chiquimula, en Maraxco (periurbano).

Un total de 399 participantes de comunidades Ladinas, Q'eqchi', Kaqchikel y Chortí fueron seleccionadas intencionalmente para ser incluidas en el estudio, y 158 actividades de recolección de datos fueron realizadas, incluyendo grupos focales de discusión, entrevistas con informantes claves, encuestas de tecnología y talleres participativos con adolescentes utilizando una gama de metodologías creativas para documentar sus opiniones (fotocaminatas, paredes con grafiti, dibujos). Antes de participar otorgaron consentimiento informado, y el estudio obtuvo autorización ética de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad del Valle de Guatemala. El análisis completo de los datos cualitativos utilizó análisis temático desarrollado específicamente para el análisis de datos generados a través de la investigación aplicada. Recomendaciones basadas en evidencia fueron diseñadas utilizando los hallazgos de la investigación formativa y mapeo de actores para mejorar las intervenciones específicas y sensibles de nutrición para adolescentes, y para resaltar oportunidades de involucramiento de los y las adolescentes respecto a la nutrición en Guatemala.

## Definiendo y experimentando la adolescencia

La adolescencia es comúnmente entendida como la etapa de la vida entre el final de la niñez y el inicio de la adultez. Conceptualmente, las Naciones Unidas define la adolescencia como el intervalo de edades de 10-19 años, aunque otros argumentan que es de 10-24 años. La adolescencia es un concepto dinámico, tanto en lo cultural como a través de la historia. La duración, el progreso y hasta la existencia de la adolescencia como una etapa pasajera en la vida difiere ampliamente entre culturas.

En Guatemala, las leyes y políticas no han estandarizado una definición o un rango de edad para la adolescencia, y las definiciones de adolescencia de las comunidades y la terminología adoptada por el estado a nivel nacional difieren marcadamente. Es claro que conceptualmente hay un período distinto en la vida que marca la transición entre la niñez y la adultez, pero varía la definición de esa transición, aquello que causa el principio y el fin de las etapas de la vida, y la terminología con que se le describe.

La edad es raramente utilizada para indicar diferentes etapas de la vida a nivel comunitario y los marcadores de la adultez pueden observarse en personas considerablemente menores a 18 años, la mayoría de edad en Guatemala. Ambos adultos y adolescentes en los lugares de investigación en Guatemala describieron los cambios biológicos y crecimiento físico como marcadores importantes de la adolescencia. Dichos cambios físicos generan cambios sociales, incluyendo un cambio de estatus del adolescente en la comunidad. Es visto como un tiempo en el que ambos niños y niñas tienen que *'dejar de jugar en la calle'* y volverse más *'responsables'*. Sin embargo, durante la adolescencia temprana los caminos de las niñas y niños son diferentes, con mayor libertad de movimiento de los niños adolescentes mientras que la esfera de influencia para las niñas se vuelve más restringida a sus hogares. La madurez de los niños es medida con frecuencia por el trabajo

que pueden realizar, particularmente vinculado a trabajo fuerte en el campo, y su contribución al ingreso del hogar. Cuando las niñas inician la menstruación, les dan más deberes del hogar y se convierten cada vez más responsables de preparar la comida y hacerse cargo de sus hermanos y hermanas, actividades principalmente del hogar. El matrimonio fue identificado como el marcador principal para la transición de la adolescencia a la adultez para ambos niñas y niños de todos los grupos étnicos y en todos los lugares de la investigación. Vale la pena mencionar, sin embargo, que la yuxtaposición conceptual de los ‘marcadores de la adolescencia’ puede obstaculizar la implementación efectiva y eficiente de los programas. Algunos adolescentes se excluyeron a ellos mismos de servicios dirigidos para ‘jóvenes’ y/o ‘adolescentes’ ya que se identificaron a ellos mismos como adultos (debido a que ellos ya estaban casados, tenían un hijo o ‘trabajaban en el campo’), a pesar de estar dentro del grupo de edad de 10-19 años.

## **Alimentación y nutrición**

### Tendencias de consumo de alimentos

En todos los sitios de estudio los participantes concluyeron que era difícil para la cabeza de su hogar proveer alimentación suficiente y variada. Los adolescentes que viven en comunidades agrícolas son regularmente dependientes de la cosecha para obtener alimentos (de alta calidad), y una buena cosecha puede proveer vegetales frescos, hierbas, raíces y varios tipos de frutas. Sin embargo, los agricultores que dependen de cultivos comerciales prefieren vender su producto en el mercado y utilizar la ganancia para comprar alimentos para la familia. Las tiendas en las áreas rurales son particularmente frecuentadas cuando las cosechas se pierden y otras fuentes de alimentos (accesibles) no están disponibles. La escasez de alimentos y la inseguridad alimentaria son comunes en todas las comunidades rurales, particularmente cuando se pierden las cosechas o el precio de los cultivos cae.

Los y las adolescentes describieron que tienen una dieta monótona, con frecuencia comen lo mismo varias veces a la semana, o en algunos casos, todos los días. En todos los lugares confirmaron que comen productos a base de maíz varias veces al día, todos los días. El maíz es el alimento básico en Guatemala, que lo comen todos los sectores de la población en la mayoría de las comidas, preferiblemente en forma de tortillas de maíz. Para las comunidades indígenas, el maíz tiene un rol protagónico, no solamente como parte de su dieta diaria, sino también como fuente importante de sustento para muchos productores a pequeña escala y tiene un gran significado cultural. El consumo de maíz es tan común en la cultura guatemalteca, que los participantes no siempre lo identificaron como parte integral de su dieta diaria sino hasta después de varias preguntas.

En todos los sitios de investigación, los y las adolescentes y las personas a su cargo reportaron el suplemento de tortillas con frijoles y huevos, una comida típica guatemalteca. En las áreas rurales también reportaron que usualmente comen frutas y vegetales de la tierra para almorzar, la comida más importante del día. En contraste, los y las adolescentes de las áreas urbanas pudieron solamente nombrar dos o tres frutas o vegetales (usualmente bananos, sandías, tomates o cebollas) que comen varias veces a la semana, pero no todos los días. Los y las adolescentes en áreas urbanas reportaron más frecuentemente que comen carne (res, pollo y carne procesada como salchichas) en el almuerzo que sus contrapartes rurales, quienes rara vez consumen carne. Las diferencias en los patrones de consumo de alimentos entre las áreas urbanas y rurales y en los diferentes grupos de la población se deben a una combinación de accesibilidad, disponibilidad, preferencia y normas sociales (discutidas más adelante).

En las áreas urbanas, comidas preparadas y producidas a bajo costo están ampliamente disponibles en tiendas, carretas de comida (ventas callejeras) y supermercados (pequeños), y son relativamente accesibles hasta para los hogares más pobres. El consumo de comida procesada, regularmente importada (sopas instantáneas de vaso, comida enlatada como sardinas y frijoles) fue reportado por los y las adolescentes más pobres en ambas áreas rural y urbana. En áreas urbanas reportaron que comen más ‘comida rápida’ dado a la limitada disponibilidad de comida ‘natural’. La comida rápida que venden en los comedores (pequeños restaurantes informales) regularmente es más cara que preparar su comida en casa, pero aun así relativamente accesible. La mayoría indicaron que beben gaseosas por lo menos tres veces por semana, si no es que diario. Los y las adolescentes más pobres no siempre tienen el dinero para pagar dichas bebidas, pero anhelan comprarlas y muchas veces consumen gaseosas en ocasiones especiales como bodas, graduaciones y cumpleaños. Según los participantes del estudio, y por parte de observaciones del equipo investigador, el consumo de comida no saludable, grasosa y alta en azúcar es particularmente común en comunidades urbanas y cada vez más común entre la gente pobre del área rural.

Guatemala cuenta con una fuerte industria de procesamiento de alimentos que, a través de un efectivo mercadeo y distribución, ha logrado que la comida rápida y ‘*chatarra*’ sean altamente atractivos y accesibles, hasta en las comunidades más remotas. Las personas a cargo o cuidadoras que participaron en el estudio expresaron su preocupación

sobre la disponibilidad de tanta *'mala'* comida cerca de las escuelas. La costumbre de comer comida *'chatarra'* (snacks) parece ser un problema enfrentado por adolescentes mayores, tanto los que están en la escuela y llevan dinero para comprar porque no son elegibles para los programas de alimentación escolar y aquellos que han dejado los estudios. Los y las adolescentes confirman que gastan su dinero en comida que normalmente no comerían en casa. Ellos discutieron el sentido de independencia que sienten cuando compran esa comida, y algunos lo identificaron como una oportunidad de tomar decisiones libres de las restricciones de quienes los cuidan u otras personas influyentes. Ellos indicaron que compran esa comida rápida y chatarra por el sabor (*'es que son ricas'*); la percepción de los alimentos (*'nos da energía'*); y el consumo asociado con la presión de grupo y aceptación social (*'todos las compramos'*). En las áreas rurales también reportaron que compran comida chatarra porque son convenientes (*'uno no la tiene que preparar'*). Los y las adolescentes que no comen comida rápida, ya sea porque no pueden pagarla o no tienen acceso a ella, comentaron su anhelo de hacerlo. En Guatemala, poder comer comida rápida se percibe como una señal que una familia tiene estatus de clase media o alta. Por ejemplo, los y las involucrados en los talleres participativos realizados en áreas rurales *'soñaban'* con comer pollo frito en restaurantes de comida rápida.

### Distribución de alimentos en el hogar

Todos los y las adolescentes participantes citaron los roles definidos por género al preparar y repartir el alimento. Mientras que los fondos del hogar son regularmente combinados, son las mujeres y niñas las que compran los alimentos y preparan las comidas. Desde el inicio de la adolescencia, se requiere que las niñas ayuden a su mamá a buscar y preparar los alimentos. En las áreas rurales, los hombres y niños regularmente reciben una porción más grande y *'mejor'* de comida *'para que sean fuertes'*, incluyendo comida *'especial'* que no está disponible para las niñas. Una niña indígena Q'eqchi' en Cerro Azul, por ejemplo, explicó que cuando ella y su mamá han preparado las tortillas, ellas primero les sirven a los hombres y luego ellas comen. Hasta cuando están embarazadas o lactando comen de segundo y reciben porciones más pequeñas y regularmente de comida menos nutritiva. Las adolescentes señalaron que no es justo que los adolescentes reciban porciones más grandes de mejores alimentos ya que ellas también realizan trabajo duro, aunque sea en la casa. Para obtener fuerzas, los adolescentes reportaron que complementan comidas más grandes con alimento extra a menudo no nutritivo (cuando pueden pagarlo) incluyendo bebidas energéticas, otras bebidas gaseosas, comidas altas en azúcares, café y alcohol.

### Conocimiento sobre los alimentos y su clasificación

Los y las participantes del estudio utilizaron varios mecanismos para clasificar los tipos de alimentos y los efectos que estos tienen en la salud. En todos los sitios de estudio y sin importar la etnia, adolescentes y adultos participantes distinguieron entre alimentos *'buenos'* y *'malos'*. A los alimentos de la *'tierra'* se les considera *'naturales'*, y por ello buenos para la salud. Los alimentos comprados en las tiendas y los que no preparan *'las mamás en casa'* no son considerados *'naturales'* por lo tanto, no son saludables. Usualmente se considera que los alimentos de las tiendas y restaurantes de comida rápida son *'químicos'* pero aun así son atractivos para los y las adolescentes ya que se encuentra ligado al estatus social. Varios productos alimenticios se clasificaron como *'comida química'*, incluyendo las bebidas energizantes, el pollo frito que no se prepara en casa, el pollo congelado que venden en las tiendas, toda la comida enlatada, y de especial importancia para los y las adolescentes, la comida chatarra (snacks) que venden con empaques muy coloridos, las bebidas gaseosas y los dulces. Los y las participantes indígenas también hicieron una distinción entre los grupos de alimentos *'calientes'* y *'fríos'* al describir las prácticas recomendadas de consumo de alimentos y los tabúes.

## **Factores que afectan la nutrición de los y las adolescentes**

Guatemala tiene altos índices de desigualdad y uno de los índices más elevados de pobreza en América Latina. Las personas participantes en el estudio señalaron la pobreza como una barrera clave para que los y las adolescentes tengan una dieta saludable y nutritiva. Contra este trasfondo se identificaron seis temas interrelacionados para determinar el acceso que tienen los y las adolescentes a alimento adecuado y saludable.

### La agricultura, la propiedad de la tierra y el cambio climático

En todos los sitios de estudio eran evidentes los efectos de vulnerabilidades relacionadas al clima, pero particularmente en las comunidades más rurales donde el sustento depende de la tierra y las actividades alternativas para generar ingresos son limitadas o inexistentes. La mayoría de los y las adolescentes involucrados en el estudio vienen de hogares que se dedican a la agricultura de subsistencia a pequeña escala. Tanto en Alta Verapaz como en Chimaltenango, atribuyeron las

malas cosechas (de maíz, cardamomo, café, brócoli y arvejas) a los patrones climáticos cambiantes relacionados al cambio climático. Como resultado de las malas cosechas, los precios de los cultivos fluctúan y aminoran los recursos familiares. Con menos oportunidad de cosechar productos frescos, los y las adolescentes confirmaron que suelen recurrir a comprar productos alimenticios baratos, poco saludables y procesados como comida enlatada y sopas instantáneas de vaso. Las personas participantes también identificaron la propiedad de la tierra como una causa clave de las dificultades económicas de las familias rurales y urbanas, indígenas y no indígenas. El no poseer tierra significa tener que vender su mano de obra para cultivar la tierra de otros, dejando a las comunidades vulnerables a las crisis y presiones agrícolas. La escasez de agua no afecta solamente a los cultivos, sino también incrementa la carga de cocinar y mantener el hogar. Este tema lo discutieron más las niñas y las mujeres de las áreas rurales. Ellas relataron que deben caminar distancias más largas para conseguir leña y agua para lavar la ropa.

### Generación de ingresos

Los y las adolescentes de los sitios de estudio declararon que con frecuencia deben encontrar un trabajo (informal) para ayudar a mantener sus hogares. En la mayoría de los casos las niñas trabajan en casa para ayudar a sus cuidadoras con las labores domésticas, incluyendo buscar el alimento, preparar la comida y cuidar a sus hermanos y hermanas menores. Algunas ayudan a sus mamás con trabajo pagado. Los niños señalan que empezaron a aportar al ingreso familiar cuando tuvieron *'suficiente fuerza'* y regularmente cuentan con orgullo que son capaces de mantener a su familia. Ellos informan que trabajan la tierra junto con los hombres de la familia o son empleados en los sectores de construcción o agricultura. Los niños empezaron a trabajar desde los diez u once años, sin importar la edad a la cual la ley lo permite. Durante los tiempos de escasez, las personas participantes prestan dinero de vecinos o de su comunidad o consiguen alimentos a crédito.

Los alimentos que obtienen los adolescentes que llevan a cabo actividades para generar ingresos y trabajan la tierra regularmente no es en proporción a su duro trabajo físico. Por ejemplo, los adolescentes que trabajan en las plantaciones de palma africana en Alta Verapaz no reciben alimentación de parte de sus empleadores, y describieron que llevan tortillas con chile al trabajo porque no pueden costear la comida caliente que venden en los comedores dentro o cerca de la plantación. Reafirmaron que usualmente compran comida chatarra (*'que no lo llenan a uno'*) o bebidas gaseosas (*'para tener fuerza'*) antes de regresar a casa al final del día a comer una comida más grande. En cambio, a los adolescentes trabajadores que participaron en los talleres en la Ciudad de Chimaltenango regularmente sus empleadores les proporcionan el almuerzo, y hablaron de comer fideos y carne con los empleados adultos. La comida que les proporcionan al medio día en el trabajo es un servicio importante pues con frecuencia es la comida más nutritiva que comen los adolescentes en el día.

### Migración Económica

En todos los sitios de estudio, los y las participantes tanto de comunidades ladinas como indígenas confirmaron que es común que los hombres y los adolescentes dejen sus comunidades para buscar oportunidades de empleo en otro lugar, usualmente como resultado de las malas cosechas. Piensan que la migración influye en la nutrición en varias maneras. Para un joven adolescente migrante, irse lejos de su casa (y su esposa u otras parientes) suele significar no tener acceso a comida saludable hecha en casa y recurre a comprar comida *'lista para llevar'*. Con pocos recursos a su disposición, los jóvenes informan que la única comida que pueden comprar es comida rápida, barata y fácil de encontrar. Las mujeres de la familia que se quedan en casa tienen que manejar el presupuesto del hogar mientras el generador principal de ingresos no está. Con frecuencia informaron que se quedan sin dinero y tienen que recurrir a prestar dinero o realizar trabajos eventuales, además del duro trabajo doméstico. Aunque muchos hombres y adolescentes se ven obligados a migrar dentro del país para trabajar en las plantaciones de palma o banano, o en la industria de la construcción como trabajadores inexpertos, algunos participantes informaron migración a países vecinos como El Salvador y Honduras. Muchos de los participantes sueñan con migrar a los Estados Unidos para poder *'tener una mejor vida'*.

### Acceso a la educación

Muchos adolescentes señalaron la importancia de terminar la escuela primaria e idealmente pasar por la secundaria y la educación superior *'para el futuro'*, y *'para que podamos trabajar con ropa limpia en la ciudad'*. Sus cuidadores también anhelan darles una educación completa, y muchos consideran la educación como un factor protector para los y las adolescentes, en términos de protegerlos de una *'vida difícil'* y como una forma de mejorar la trayectoria de sus vidas. Aunque el valor de la educación es bien reconocido, los y las adolescentes indígenas y aquellos que residen en áreas rurales indicaron que es común que los de su grupo de edad dejen de asistir a la escuela para que puedan trabajar en la



casa o en la finca. Algunos de los y las adolescentes más jóvenes (de 10-14 años) comprometidos a los estudios asisten a la escuela, pero la mayoría de participantes adolescentes mayores (de 15-19 años) han dejado de asistir a la escuela después de terminar el tercer grado de primaria. Muchos participantes resaltaron que para poder asistir a la secundaria necesitan dinero para el transporte (ya que regularmente, las escuelas no se encuentran cerca de sus hogares), las cuotas, los libros y otros materiales, todos los cuales desalientan la asistencia. Con recursos económicos limitados, las personas encargadas deben decidir a cuál o cuáles niños o niñas mandan a la escuela y la educación de un niño regularmente es prioridad sobre la de una niña. Es normal y bien aceptado que las adolescentes, en especial las mayores, dejen la escuela para dar una mano en los trabajos domésticos.

### Violencia y abuso de drogas y alcohol

En los sitios de estudio urbanos, los participantes a todo nivel identifican la violencia y el abuso de drogas y alcohol como barreras clave para gozar de una adolescencia sana y segura. La adolescencia se percibe como un período vulnerable durante el cual los jóvenes son susceptibles al alcoholismo, abuso de drogas y violencia tanto la relacionada con las maras como la de género. Debido a su situación socioeconómica y ubicación geográfica, los y las adolescentes del área urbana informan que se encuentran en riesgo de ser reclutados por las maras. Los participantes sugieren que ser parte de dichas organizaciones puede tener como resultado la prosperidad económica (y por lo tanto más alimento). Por lo menos a corto plazo, esta es una prioridad sobre los riesgos de la salud y seguridad personal. En Chimaltenango, la ciudad más grande incluida en el estudio, la violencia de las maras es común y relacionada a la promesa de obtener beneficios materiales. El abuso de drogas y alcohol se recalca como un factor que evita el desarrollo saludable de los y las adolescentes, en especial de los niños mayores en centros urbanos. El abuso de drogas o alcohol es frecuentemente descrito por niños urbanos como una forma de escapar de su lucha diaria (*'para olvidar'*) o como un sustituto del alimento, *'nos llena cuando no tenemos qué comer'*. La violencia contra la mujer y la violencia sexual también son comunes. En sus talleres, las niñas expresaron miedo de *'caminar solas'* y las que viven en centros urbanos confirmaron que debido a eso pasan la mayor parte del tiempo dentro de sus colonias y en casa viendo telenovelas o utilizando sus teléfonos celulares (lo que se discute más adelante). Por evitar riesgos y la violencia de afuera, es un reto para las adolescentes urbanas realizar algún tipo de ejercicio y por lo general reportan altos niveles de sedentarismo.

### Salud sexual y reproductiva

Las adolescentes, en particular las indígenas, cuentan con acceso muy limitado a información y servicios de salud sexual y reproductiva. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil (ENSMI), el 52.8% de las mujeres indígenas en edad reproductiva utilizan métodos anticonceptivos, comparado con el 68% de mujeres no indígenas. Las relaciones prematrimoniales entre adolescentes son *'tabú'* en la sociedad guatemalteca. Desde temprana edad, las madres les enseñan a sus hijas que la virginidad es una de sus virtudes más importantes. La idea social de *'guardarse para el matrimonio'* es dominante y se encuentra relacionada con la fuerte influencia moral de la Iglesia, sin embargo, Guatemala cuenta con la tasa más alta de embarazos en adolescentes en América Latina pues una de cada cinco adolescentes entre 15-19 años tiene un hijo. Según la Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil (ENSMI), las niñas indígenas son más jóvenes en su primer embarazo que las niñas no indígenas, y el 45% de todas las niñas que resultan embarazadas entre los 15 y 19 años nunca asistieron a la escuela.

El estigma sobre el uso de anticonceptivos es generalizado, sobre todo en las adolescentes solteras, y el índice de uso de anticonceptivos se mantiene bajo. En la Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil (ENSMI), solamente el 9.8% de las adolescentes entre 15 y 19 años informaron utilizar alguna forma de protección. Sin embargo, las y los adolescentes que participaron en el estudio frecuentemente señalaron su creciente deseo sexual y la presión de encontrar una pareja adecuada para el matrimonio. El embarazo en adolescentes y matrimonios tempranos son comunes en los sitios de estudio, y en las comunidades indígenas se considera la maternidad como un camino positivo para las niñas. Los y las participantes recalcan que el no tener permitido tener relaciones sexuales es el factor principal para realizar los matrimonios tempranos. La educación de salud sexual y reproductiva no se imparte frecuentemente en las escuelas y hay falta de información, sobre todo en las áreas rurales. Las personas encargadas no se sienten preparadas o dispuestas para hablar sobre temas de salud sexual o reproductiva con sus adolescentes, y muchos confirman que repiten discursos de virginidad y abstinencia tal como lo promueve la Iglesia. Al hablar sobre salud sexual y reproductiva, la mayoría de las adolescentes consideraron que tienen suficiente madurez para *'tomar decisiones sobre su vida'*, pero confirmaron que, aunque las niñas y mujeres sean informadas sobre la salud reproductiva, ellas no siempre tienen la facultad para defenderse. Las participantes informaron que muchas de sus parejas no les *'dan permiso'* para utilizar anticonceptivos. Los niños adolescentes indicaron que ellos enfrentan menos restricciones que las niñas y, que cuando crecen, son activamente alentados a conseguir una pareja sexual y eventualmente a casarse. Tener varias parejas sexuales se reporta como un

motivo de orgullo para los adolescentes mayores, parte de su cultura machista, mientras que se espera que las niñas tengan solamente una pareja sexual, su esposo. Las adolescentes indígenas embarazadas o con hijos confirmaron que ellas no necesariamente comen más o tienen alimento *‘especial’* durante el embarazo, y varias informaron que tienen que seguir esperando a que los hombres de su hogar estén llenos para poder comer ellas. Sus labores domésticas no se aminoran durante el embarazo, y las niñas particularmente de áreas rurales informaron que continúan realizando trabajo físico duro hasta el final de su tercer trimestre. Las participantes indicaron que es usual que las mujeres embarazadas asistan a los centros de salud para recibir atención prenatal (APN), práctica que se corroboró con la Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil (ENSMI) ya que indica que el 84.6% de las mujeres embarazadas en áreas rurales y el 88.7% en áreas urbanas asisten a cuatro o más citas de APN.

## **Involucrando a los y las adolescentes**

Es esencial entender cómo involucrar efectivamente a los y las adolescentes para evaluar cómo se pueden ofrecer intervenciones específicas de nutrición y sensibles a la nutrición y que se relacionen mejor con otros componentes de la *‘ecuación de la adolescencia’*. Durante el estudio, resaltaron sus prioridades y necesidades relacionadas con el involucramiento.

*‘Vengan a nosotros, adaptense a nuestros estilos de vida’* –Enfatizaron la importancia de la accesibilidad. Ellos y ellas prefieren que se les *‘encuentre’* en lugares donde ya frecuentan con sus amigos, en las tardes o noches después de terminar su trabajo (trabajo de la casa o empleo) o día de escuela.

*‘Usen nuestros grupos, no nos agrupen’* – Debido a que sus mundos sociales son más restringidos, las adolescentes recalcan la importancia de crear oportunidades para reunirse con sus pares, y ellas quieren *‘grupos solo de niñas’*. Sin embargo, por sus diversas experiencias, recalcan que las niñas que asisten a la escuela tienen diferentes grupos sociales que las que no asisten a la escuela, así como las que ya se casaron y tienen hijos y las que no. Se deben diseñar actividades para dichos grupos que incluyan intervenciones de nutrición.

*‘Háganlo entretenido’* – Todos los y las adolescentes dijeron que quieren estar involucrados de una manera entretenida, *‘no solo nos den sermones, eso es aburrido’*. Recomendaron utilizar música, diferentes medios y actividades deportivas como gancho positivo para involucrar adolescentes.

*‘Muéstrannos experiencias reales’* – Los y las participantes adolescentes en todos los sitios de estudio enfatizaron su deseo de tener actividades para gente joven facilitadas por líderes jóvenes cercanos a ellos en edad y nivel socioeconómico, que hayan tenido experiencias y retos similares al crecer.

*‘Pregúntennos, inclúyannos’* –Hicieron énfasis en que no quieren que *‘solo les digan’*, sino entender *‘el porqué’*. Quieren estar involucrados de una manera participativa y estar envueltos en los procesos de toma de decisiones claves para que sus voces sean escuchadas y sus opiniones reconocidas.

*‘Hablen nuestro idioma’* –Destacaron que no son un grupo uniforme y que se debe involucrar de la manera más apropiada a los niños y niñas, adolescentes mayores y menores y a aquellos de diferentes comunidades. Los y las adolescentes menores sugirieron que se les aborde de una manera *‘entretenida’*, mientras que los y las adolescentes mayores enfatizaron la importancia de hablar su idioma, no solamente en términos de dialectos locales, sino también de captar los coloquialismos y tendencias actuales.

*‘Incluyan a las personas que nos rodean’* – Ya que los cuidadores desempeñan un rol importante como guardianes en sus vidas, los y las adolescentes enfatizan que las iniciativas dirigidas a su involucramiento también deben involucrar a sus familias. Las niñas recalcan que ellas no tienen el mismo poder de toma de decisiones que los niños y sugieren que se apoye a las niñas para negociar con sus familias para facilitar su participación en las actividades.

*‘Con la alimentación, necesitamos energía ahora...’* –Informaron que su prioridad es tener energía para asegurarse que pueden cumplir con su carga de trabajo diaria. Confirmaron su preferencia por alimentos *‘rápidos’*, *‘que den energía’*, *‘a la moda’* y *‘que llenen’*. Probablemente adquieren alimentos que les dan energía inmediata y que se relacionan con la identidad social que desean. Este enfoque del presente debe ser analizado cuidadosamente para los programas de nutrición de adolescentes y para crear oportunidades para establecer tendencias nuevas y saludables.

*‘Fórmennos para el futuro’* –Enfatizaron la importancia de involucrar holísticamente y proporcionando información de salud y nutrición junto con los servicios de salud sexual y reproductiva, entrenamiento vocacional y manejo financiero. Los y las adolescentes plantearon que este acercamiento puede abordar *‘todos los retos que enfrentamos en nuestras vidas’*, al darles destrezas interrelacionadas de vida y subsistencia.

## Recomendaciones

### Aumentar la visibilidad de los y las adolescentes

- Casi un cuarto de la población en Guatemala es adolescente, pero son en gran medida invisibles en las políticas. La malnutrición en adolescentes es un reto a gran escala, y como subpoblación con necesidades nutricionales únicas, se les está dejando atrás. Guatemala debe considerar aplicar la perspectiva de los y las adolescentes a las políticas y programas existentes. Se necesitan actividades de apoyo enfocadas para motivar a los actores clave a comprometerse con las intervenciones para este grupo.
- A nivel nacional, los diferentes sectores utilizan varias definiciones de adolescencia, y al hacerlo, las necesidades de los adolescentes tienen riesgo de ser diluidas o caer en las brechas de las políticas y programas. Las políticas y los planes estratégicos clave rara vez mencionan a los y las adolescentes y no se asigna ningún presupuesto para la nutrición adolescente, el resultado de esto son programas limitados para este grupo.
- Las definiciones de adolescencia a nivel nacional no son consistentes con las definiciones utilizadas a nivel comunitario. Como resultado de esto, algunos adolescentes se identifican a ellos mismos de maneras que les impiden buscar servicios orientados a los jóvenes. Las intervenciones tienen que ser sensibles a variables como la edad, género, nivel socioeconómico, experiencias o etapas de vida, medios de subsistencia y etnia. El involucramiento efectivo tiene que dirigirse a los grupos como se definen y entienden a nivel comunitario.
- ‘Adolescentes’ no se debe interpretar como un grupo homogéneo o estándar. Dentro de este grupo de edad, se presentan diferentes etapas de la vida y se les debe tomar en cuenta. De la misma manera, los y las adolescentes están sujetos a una variedad de factores socioeconómicos y contextuales que les dan forma a sus realidades vividas. Estos subgrupos no son mutuamente exclusivos, más bien, un adolescente puede pertenecer o identificarse a sí mismo con varios grupos simultáneamente y a través del tiempo. Si se adopta un acercamiento diseñado para el usuario, entonces las intervenciones tienen que ser desarrolladas de una manera sensible o específica para la edad, género y contexto.

### Influenciando la nutrición de los y las adolescentes

- Cuando se toma a los y las adolescentes como la unidad central de análisis, es muy claro que en Guatemala este grupo es afectado de una manera única a través de la ‘triple carga’ (la presencia de peso insuficiente, sobrepeso y deficiencias de micronutrientes en la misma población). La adolescencia brinda una ‘segunda ventana’ para mejorar la nutrición y salud de la población al promover un desarrollo óptimo y prevenir enfermedades crónicas relacionadas con la dieta en la adultez.
- Los programas dirigidos a los y las adolescentes deben tomar en cuenta los retos nutricionales que se enfrentan en diferentes ambientes contextuales, y el impacto que esto tiene en su crecimiento, desarrollo y bienestar integral. Los hábitos alimenticios complejos y pobres son el problema básico tanto de la desnutrición como de la sobre nutrición.
- Incrementar la comunicación e información solamente sobre la nutrición no mejorará los comportamientos de los y las adolescentes relacionados con la alimentación o salud. En cambio, las intervenciones deben adoptar un acercamiento basado en sistemas que aborden sus necesidades nutricionales en el contexto de y en combinación con otros componentes claves de sus vidas. La comunicación e información deben combinarse con mejor acceso a alimentos saludables y otros servicios.
- Reducir la pobreza al incrementar las oportunidades de generación de ingresos que aumentan el nivel económico del hogar es clave, pero dichas oportunidades se deben diseñar de una manera que motiven su asistencia a la escuela. Para los y las adolescentes que son mayores o que no asisten a la escuela, el entrenamiento vocacional que desarrolla destrezas de negocios y proporciona recursos tales como equipo para poner en marcha, es un camino importante para el involucramiento constructivo.
- Al abordar las prácticas de agricultura de los y las adolescentes y sus hogares, se debe adoptar una perspectiva de agronutrición. Se deben desarrollar conocimientos, destrezas y recursos para sistemas de irrigación efectivos y eficientes, almacenaje después de la cosecha y análisis de problemas de acceso de tierras. Las nuevas metodologías de agricultura urbana (ej. huertos en bolsas) pueden ser particularmente relevantes y atractivas para los y las que residen en áreas urbanas o periurbanas.
- Para abordar la nutrición de los y las adolescentes se requiere un acercamiento basado en sistemas que considere normas sociales restrictivas, problemas de salud sexual y reproductiva incluyendo matrimonios tempranos y

embarazos en adolescentes, y acceso a educación. Estos son componentes críticos relacionados a la mejora del estado nutricional y bienestar.

### Involucramiento de los y las adolescentes

- Como beneficiarios principales, deben ser involucrados como participantes activos en el diseño, implementación y monitoreo de las intervenciones. Los programas deben ser sensibles a las necesidades, preferencias y prioridades. Durante el estudio, ellos y ellas claramente sugirieron que se debe poner en práctica incluyendo fácil acceso, uso estratégico del lenguaje y presentando experiencias reales. Enfatizaron la importancia de la privacidad, confianza, transparencia y equidad en todos los involucramientos. Quieren intervenciones para desarrollar destrezas para el futuro, pero que sean dinámicas y entretenidas, utilizando música, baile y deporte.
- Aunque se corre el riesgo de perpetuar normas sociales de desigualdad, los y las adolescentes hicieron énfasis en que quieren que se les involucre en grupos específicos de género y en lugares donde ya se reúnen. Los adolescentes se reúnen con sus pares en la comunidad después del trabajo o escuela, especialmente para jugar fútbol u otros deportes. Los niños indígenas también informaron que se reúnen con sus amigos en las tiendas para ver televisión (regularmente fútbol o películas). Las adolescentes se reúnen en la comunidad mientras realizan deberes del hogar, tales como buscar leña o lavar la ropa. Muchas adolescentes mayores indígenas informaron que desde que dejaron de asistir a la escuela, sus grupos de amistades se redujeron, y que tienen el tiempo limitado para reunirse con otras fuera de sus casas o en la comunidad inmediata, enfatizando otra vez que, debido a su movilidad restringida, las intervenciones deben involucrarlas en *'su espacio'*.
- Se identificaron algunas personas influyentes clave en las vidas de los y las adolescentes incluyendo cuidadores y padres, particularmente madres (para los y las más jóvenes), esposos y suegras (para las adolescentes casadas); pares (para los adolescentes mayores); maestros (para los que asisten a la escuela); líderes religiosos (para las adolescentes mayores); y líderes comunitarios (para los y las adolescentes de diferentes edades). Asegurar su aceptación y apoyo es vital tanto para generar la demanda como para facilitar la utilización de los programas y servicios.
- Los y las adolescentes pueden ser agentes de cambio para los miembros de sus familias y sus comunidades más extensas. Además de recibir información sobre nutrición y servicios relacionados a la nutrición para su propio bienestar, se deben considerar como objetivos principales para distribuir el conocimiento y mejorar la nutrición de sus hermanos y hermanas menores y otros grupos vulnerables (ej. niños y niñas menores de cinco años, mujeres embarazadas)
- Se necesita apoyar a los y las adolescentes de confianza para que asuman los puestos de liderazgo para representar la(s) voz(ces) de su(s) grupo(s), para estar seguros de que el diseño centrado en el usuario es apropiado, y para proporcionar el monitoreo y evaluación de retroalimentación para asegurar que los programas son apropiados, relevantes y efectivos.

### Plataformas para el involucramiento

- Considerando las necesidades dinámicas de los y las adolescentes, no hay un canal de entrega que funcione para todas. Las intervenciones deben responder a las realidades complicadas de la vida de un adolescente y en lugar de ser una carga adicional, debe ser consciente de las responsabilidades contradictorias que puedan tener. Deben ser involucrados a través de múltiples medios o plataformas que se apoyen mutuamente.
- La investigación formativa y el mapeo de actores clave documentaron la existencia de programas que involucran a los y las adolescentes e implementan actividades relacionadas a la nutrición; salud sexual y reproductiva; empoderamiento económico y apoyo de subsistencia; educación; protección social, y liderazgo relacionado a la participación juvenil. Hay una parcialidad en particular hacia las niñas y los programas de salud sexual y reproductiva. Sin embargo, los programas en general no son implementados a escala y la cobertura es limitada. Solamente pocos programas fueron diseñados para adolescentes como principales beneficiarios, pero varios programas *'accidentalmente'* incluyen a los y las adolescentes (tales como intervenciones de salud para mujeres embarazadas y programas de apoyo de subsistencia para agricultores).
- Varias plataformas involucran a los y las adolescentes a nivel comunitario. Las instituciones religiosas desempeñan un papel importante en las vidas de todos los adolescentes que participaron en el estudio. La Iglesia es de fácil acceso y socialmente aceptada, especialmente en las áreas rurales donde las actividades para adolescentes son limitadas. Sin embargo, es complicado para las instituciones religiosas abordar activamente los temas relacionados con salud sexual y reproductiva y de planificación familiar, y esto limita el impacto potencial de la Iglesia como un canal de entrega.

Para aquellos que se encuentran en educación formal, especialmente los adolescentes menores, la escuela se identificó como una plataforma positiva y de confianza para el involucramiento, pero se observó que es un canal selectivo debido a que no todos asisten (particularmente las adolescentes mayores). Las adolescentes que han recibido servicios de atención prenatal contaron que los centros de salud (en especial los puestos de salud rurales) brindan consejos relacionados a la salud y nutrición. Otros y otras adolescentes, incluyendo niños y niñas menores, perciben los centros de salud como lugares para recibir tratamientos curativos, y la percepción sobre los anticonceptivos y las implicaciones negativas sobre tener relaciones sexuales antes del matrimonio restringen el uso de los servicios de salud a muchos.

- Las plataformas tecnológicas son una forma prometedora para involucrar a los y las adolescentes, pero la investigación proporcionó evidencia que la penetración y uso de la tecnología es altamente específica en contexto y difiere de acuerdo con los grupos sociales, edad y género. Las adolescentes de las áreas urbanas son más propensas a utilizar las redes sociales y ver televisión debido a que tienen restringidas sus salidas por razones de seguridad. Estas adolescentes informaron que utilizan aplicaciones incluyendo Facebook y WhatsApp para chatear entre ellas. El uso del internet de las adolescentes es monitoreado de cerca por sus cuidadores, aunque algunas adolescentes tienen celulares 'secretos' para comunicarse con amigos y novios. La radio es más accesible para todos los y las adolescentes tanto en áreas urbanas como rurales. Cuando no tienen acceso personal a la radio por medio de sus celulares o su propio radio, ellos escuchan los programas de radio que escuchan sus padres. Esto puede limitar potencialmente los programas a los que tienen acceso, en especial aquellos que discuten sobre temas más sensibles como el uso de anticonceptivos y otros temas relacionados con la salud sexual y reproductiva. La televisión es el modo preferido de entretenimiento en las áreas urbanas y cada vez más popular y accesible en las áreas rurales. Los adolescentes menores también informaron que juegan video juegos en los cafés internet.

#### Puntos de entrada para alianzas estratégicas

- Se necesita fortalecer y expandir los puntos de entrada de las políticas y programas. Actualmente, los programas son selectivos y localizados. Se necesita más inversión tanto en programas específicos de nutrición como en programas sensibles a la nutrición para adolescentes para poder llegar a los más vulnerables.
- La mayoría de las organizaciones que involucran a los y las adolescentes en Guatemala se enfocan en brindar servicios de salud sexual y reproductiva a los y las adolescentes mayores. Estos programas que ya existen pueden proporcionar una buena oportunidad para involucrar a los y las adolescentes en otros temas, incluyendo nutrición para ellos y ellas mismas y sus familias.
- Muchos y muchas adolescentes están incluidos en actividades orientadas a adultos. Al reconocer esto, los programas deben identificar las necesidades especiales de los y las adolescentes de diferentes edades y animarse a modificar sus servicios apropiadamente. Los servicios destinados a mujeres de edad reproductiva deben intencionalmente tratar de llegar a todas las adolescentes, y los servicios destinados a mujeres embarazadas deben asegurarse de que las adolescentes embarazadas estén efectivamente incluidas.
- Los actores ya activos en el sector de la nutrición deben ser alentados a adaptar sus intervenciones para llegar de una mejor manera a los y las adolescentes. Sus programas deben reconocer a este grupo objetivo y sus necesidades únicas, involucrar a los y las adolescentes de maneras apropiadas y utilizar acercamientos a los cuales sean receptivos. Se debe priorizar la inversión en dichos canales para ayudar a generalizar los programas de nutrición de los y las adolescentes. Las estrategias de comunicación que utilizan el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, el Ministerio de Cultura y Deportes y otros se pueden fortalecer para que incluyan información sensible a edad y género para dirigirla a los y las adolescentes y a los temas de nutrición
- Se debe mejorar la coordinación entre el gobierno, aliados y los que implementan los programas para apoyar y permitir un ambiente para el involucramiento de los y las adolescentes. La SESAN tiene un rol importante dada a su responsabilidad de coordinar, integrar y monitorear las intervenciones de seguridad alimentaria y nutrición en los sectores públicos y privados, la sociedad y las entidades nacionales e internacionales
- La industria de alimentos debe involucrarse positivamente para asegurar que se produzcan y vendan alimentos saludables y de bajo costo, y para influenciar las tendencias del mercado hacia el reconocimiento y consumo de alimentos saludables y con alto valor nutritivo. La red de empresas SUN de 'The Scaling Up Nutrition' (SUN) se puede fortalecer para que sirva como un punto de entrada efectivo para desarrollar alianzas estratégicas con el sector privado.



## Resumen de implicaciones clave para las políticas y programas

Tema	Consideraciones clave
<b>Tendencias de consumo de alimentos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poner a disposición de los y las adolescentes y sus familias alimentos variados, saludables, naturales y de bajo costo que sean atractivos especialmente en tiempos de escasez. Promover alimentos más saludables en las tiendas (en especial las que se encuentran cerca de las escuelas y lugares de trabajo) eso incrementaría la disponibilidad para los y las adolescentes quienes deben ser motivados a escoger alimentos más saludables en el lugar de otras opciones.</li> <li>• Frenar la promoción y disponibilidad de alimentos no sanos a los y las adolescentes y sus familias.</li> </ul>
<b>Conocimiento y clasificaciones de los alimentos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los sistemas de clasificación de alimentos existentes y las tradiciones no necesariamente le dan prioridad o promueven las necesidades nutricionales específicas de los y las adolescentes, pero pueden ser puntos de entrada para diseñar estrategias de comunicación y actividades de contexto específico de información sobre nutrición y salud</li> <li>• El mercadeo y las campañas de publicidad de alimentos pueden regar ‘rumores’ sobre los beneficios de consumir ciertos tipos de alimentos, por ejemplo, el beneficio de las bebidas energizantes para tener fuerza. Estos tipos de promociones deben ser discutidos en actividades de promoción de la salud o restringidas.</li> <li>• El conocimiento sobre una alimentación sana no se traduce directamente en la práctica de ella, así que se debe invertir para asegurar que adopten patrones de dietas y consumo de alimentos sanos. Esto está ligado a no solo poner a disposición comida saludable a bajo costo, sino a que sea anhelada y atractiva. La promoción de alimentos saludables debe enfocarse en factores a los que los y las adolescentes les dan valor en términos de elección y consumo, especialmente que dan energía, que llenan, que son ricos y socialmente deseables. La elección de alimentos saludables se puede promover involucrando a los medios masivos como las telenovelas o redes sociales.</li> </ul>
<b>Distribución de alimentos en el hogar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La falta de recursos en el hogar en tiempos de escasez ligada a sequías, inundaciones y malas cosechas significa que los y las adolescentes están en riesgo de no tener una nutrición saludable durante los años cruciales de la adolescencia. Las políticas que invocan la activación de redes de seguridad social y asistencia alimentaria deben estar fuertemente ligadas a la escasez, y deliberadamente considerar los problemas y limitaciones de la adolescencia.</li> <li>• Sus cuidadores deben de estar mejor informados sobre la rentabilidad de los alimentos sanos que tienen a su disposición.</li> <li>• Las normas de género arraigadas relacionadas a la distribución de los alimentos en el hogar impiden la nutrición sana de las niñas. La creación de conciencia sobre la importancia de la nutrición de las adolescentes se debe enfocar en su fuerza y el rol que desempeña en la economía (del hogar) (en términos de valor inmediato) y en la importancia de su salud para la siguiente generación (valor futuro).</li> <li>• Involucrar a los hombres y adultos de influencia es fundamental.</li> <li>• En estos foros también se debe discutir la creación de conciencia sobre la buena nutrición durante el embarazo. Se les debe dar acceso a las adolescentes embarazadas a refacciones económicamente accesibles, seguras y saludables y tener en cuenta el valor que tienen como suplemento de la alimentación y micronutrientes.</li> </ul>
<b>Generación de ingresos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La pobreza se ha generalizado, especialmente entre las poblaciones indígenas, y agravado por las vulnerabilidades provocadas por el cambio climático y las dificultades de propiedad de tierra. Por esto, regularmente las actividades para generar ingreso tienen prioridad sobre la asistencia a la escuela, por lo tanto, los y las adolescentes y sus familias necesitan incentivos fuertes para que este grupo de edad continúe con la educación formal.</li> <li>• Algunos y algunas adolescentes comen almuerzo, considerado la comida más importante del día, en su trabajo y algunos comen comida chatarra (snacks) para sustituir el almuerzo si no tienen dinero para comprarlo. Involucrarse con los lugares de trabajo proporciona una valiosa oportunidad para que los programas destinados a incrementar la nutrición de los y las adolescentes sean explorados y manejados cuidadosamente.</li> <li>• La comida saludable muchas veces es más cara, o por lo menos así se percibe, así que puede ser de ayuda explorar la reducción de costos asociados con los productos saludables no procesados, mientras simultáneamente se reduce el acceso a alimentos no saludables y no nutritivos.</li> </ul>
<b>Educación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El valor de la educación de los y las adolescentes se debe promover a través de modelos a seguir en la comunidad y relacionarla a estructuras atractivas de incentivos para los y las adolescentes y sus familias. Para ayudar a la asistencia a la escuela, es importante explorar maneras de reducir actividades de generación de ingresos como de los trabajos del hogar tanto de los como de las adolescentes.</li> </ul>
<b>Violencia y abuso de drogas y alcohol</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mientras es importante invertir en soluciones a largo plazo de los problemas de seguridad, en el corto y mediano plazo a las adolescentes que se encuentran en centros urbanos inseguros se les debe llegar donde no sean dejadas atrás debido a sus ambientes restringidos.</li> <li>• Se debe invertir en actividades deportivas y recreacionales para los y las adolescentes. Mientras esto ayuda a mejorar su naturaleza sedentaria en centros urbanos inseguros, también les proporcionará una plataforma segura para conocer a sus pares, formar relaciones sociales y desarrollar un cuerpo y mente saludable. Al involucrar a los y las adolescentes a través de actividades deportivas se ayuda a promover la importancia de la salud y la nutrición para tener fuerza y constitución física como una alternativa positiva al alcohol y abuso de drogas.</li> </ul>
<b>Salud sexual y reproductiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El reducir los embarazos de las adolescentes es clave para asegurar el desarrollo saludable de las adolescentes y está ligado con la reducción de la pobreza y los esfuerzos de promoción de la educación que han probado ser un impacto positivo en la nutrición y bienestar general de la adolescencia.</li> <li>• Los servicios de los centros de salud deben tratar activamente de llegar a los adolescentes y mantenerse involucrados. Los servicios deben ser diseñados cuidadosamente para asegurar que este grupo de edad perciba que son importantes. Volver regulares las citas para cuidados preventivos en los centros de salud es importante y debe tener como fin cambiar la relación que hacen con los problemas de salud sexual y reproductiva. Al mismo tiempo, se debe fortalecer el poder brindarles cuidados de calidad.</li> </ul>

## Contenido

---

<b>Acrónimos y abreviaciones .....</b>	<b>17</b>
<b>Introducción.....</b>	<b>19</b>
Antecedentes.....	19
Objetivos de la investigación.....	20
Resultados de la investigación.....	21
Estructura del informe .....	21
<b>Metodología.....</b>	<b>22</b>
Fase 1 – Revisión bibliográfica.....	22
Fase 2 – Mapeo de actores clave.....	22
Fase 3 – Investigación formativa .....	23
Limitaciones de la metodología.....	30
<b>1. Definiendo y experimentando la adolescencia .....</b>	<b>32</b>
Definiciones nacionales de la adolescencia .....	32
Definiciones y marcadores en las comunidades.....	33
<b>2. Alimentación y nutrición .....</b>	<b>41</b>
Tendencias de consumo de alimentos.....	41
Responsabilidades y distribución de los alimentos en el hogar .....	47
Clasificación de los alimentos.....	48
<b>3. Factores que afectan la nutrición de los y las adolescentes.....</b>	<b>49</b>
Agricultura, propiedad de tierras y cambio climático.....	49
Generación de ingresos.....	51
Migración económica.....	52
Acceso a la educación .....	54
Violencia y abuso de drogas y alcohol .....	55
Salud sexual y reproductiva.....	56
<b>4. Involucrando a los y las adolescentes.....</b>	<b>59</b>
Personas que influyen en los y las adolescentes.....	60
Panorama de medios y comunicación .....	66
Programas para adolescentes .....	73
Preferencias para el involucramiento .....	76
<b>Conclusiones y recomendaciones.....</b>	<b>79</b>
Aumentar la visibilidad de los y las adolescentes.....	79
Influenciando la nutrición de los y las adolescentes .....	79
Involucramiento de los y las adolescentes.....	80
Plataformas para el involucramiento.....	81
Puntos de entrada para alianzas estratégicas .....	82
<b>Anexo 1 – Autorización Ética .....</b>	<b>84</b>
<b>Anexo 2 – Equipo de investigación.....</b>	<b>85</b>
<b>Anexo 3 – Actores clave involucrados en el ejercicio de mapeo.....</b>	<b>86</b>
<b>Anexo 4 – Cronograma del trabajo de campo .....</b>	<b>87</b>
<b>Anexo 5 – Mapas y detalles de sitios de estudio .....</b>	<b>88</b>
<b>Anexo 6 – Guía de temas y formularios de consentimiento .....</b>	<b>95</b>
<b>Bibliografía.....</b>	<b>103</b>

## **Tabla**

Tabla 1: Características clave geográficas, de educación y salud de los sitios de estudio.....	25
Tabla 2: Actividades de recolección de datos .....	28
Tabla 3: Demografía de los y las adolescentes participantes en los talleres .....	28
Tabla 4: Definiciones legislativas de adolescencia en Guatemala.....	33
Tabla 5: Selección de definiciones y marcadores de adolescencia de los participantes .....	40
Tabla 6: Lo que los y las adolescentes participantes identificaron como parte de su dieta regular.....	42
Tabla 7: Consumo habitual de alimentos diarios descrito por adolescentes participantes en el taller .....	43
Tabla 8: Demografía de los y las adolescentes y jóvenes encuestados .....	67
Tabla 9: Medios y comunicación utilizada por género y edad .....	67
Tabla 10: Medios y comunicación utilizada por lugar .....	67
Tabla 11: Programas para adolescentes presentados durante el mapeo de actores clave.....	77

## **Gráfica**

Gráfica 1: Uso de medios por género y lugar .....	67
Gráfica 2: Uso diario de radio por género y lugar .....	68
Gráfica 3: Géneros populares de programas de radio por género y lugar .....	68
Gráfica 4: Uso diario de televisión por género y lugar .....	70
Gráfica 5: Géneros populares de programas de televisión por género y edad.....	70
Gráfica 6: Uso diario de internet por género y lugar .....	72
Gráfica 7: Plataformas de redes sociales populares por género y lugar.....	72

## Acrónimos y abreviaciones

---

3iE	Iniciativa Internacional para Evaluación de Impacto
APN	Atención Prenatal
APROFAM	Asociación Pro Bienestar de la Familia
CMI	Centro de Medios Independientes
COCODE	Consejos Comunitarios de Desarrollo Urbano y Rural
CODESAN	Comisión Departamental de Seguridad Alimentaria y Nutricional
COMUSAN	Comisión Municipal de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Municipio de Guatemala
CONADUR	Consejo Nacional de Desarrollo Urbano y Rural
CONALFA	Comité Nacional de Alfabetización
CONAPREVI	Coordinadora Nacional para la Prevención de la Violencia Intrafamiliar y Contra las Mujeres
CONJUVE	Consejo Nacional de Juventud
CSJ	Corte Suprema de Justicia
DEMI	Defensoría de la Mujer Indígena
ENCOVI	Encuesta Nacional de Condiciones de Vida
ENPDC	Estrategia Nacional para la Prevención de la Desnutrición Crónica 2016-2020
ENSMI	Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil
FAO	Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura
FDG	Discusión de Grupo Focal
FEWSNET	Red de Sistemas de Alerta Temprana contra la Hambruna
FIDA	Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola
GAIN	Alianza Mundial para una Nutrición Mejorada
GREGUA	Gremial de Restaurantes de Guatemala
ICF	Instituto de Ciencias de la Familia
IDS	Instituto de Estudios sobre el Desarrollo
IGER	Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica
IMC	Índice de Masa Corporal
INCAP	Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá
INE	El Instituto Nacional de Estadística
MAGA	Ministerio de Agricultura Ganadería y Alimentación
MARN	Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales
MCD	Ministerio de Cultura y Deportes

MIDES	Ministerio de Desarrollo Social
MINEDUC	Ministerio de Educación
MSPAS	Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social
MUNIGUATE	Municipalidad de Guatemala
ODS	Objetivos de Desarrollo Sostenible
OMS	Organización Mundial de la Salud
ONG	Organización No Gubernamental
ONGI	Organización No Gubernamental Internacional
ONU Mujeres	Entidad de las Naciones Unidas para la Igualdad de Género y el Empoderamiento de la Mujer
ONU	Organización de las Naciones Unidas
OPS	Organización Panamericana de la Salud
PIB	Producto Interno Bruto
PMA	Programa Mundial de Alimentos
PNUD	Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo
SBS	Secretaría de Bienestar Social
SEGEPLAN	Secretaría de Planificación y Programación de la Presidencia
SEM	Modelo Social Ecológico
SEPREM	Secretaría Presidencial de la Mujer
SESAN	Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Presidencia de la República
SOSEP	Secretaría de Obras Sociales de la Esposa del Presidente
SSR	Salud Sexual y Reproductiva
SUN	Fomento de la Nutrición
UGAM	Unidad de Gestión Ambiental Municipal
UNESCO	Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura
UNFPA	Fondo de Población de las Naciones Unidas
UNICEF	Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia
USAID	Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional



## Introducción

---

### Antecedentes

La adolescencia es un período significativo de desarrollo cerebral (Blum et al., 2014) y crecimiento físico a un ritmo superado únicamente por los primeros 1000 días críticos de la vida (Thurnham, 2013). Tal como se identifica en el Objetivo 2 del Desarrollo Sostenible, Hambre Cero, satisfacer las necesidades nutricionales de las niñas adolescentes es uno de los pasos claves para lograr el objetivo de poner fin a la malnutrición para el 2030. La ‘Serie sobre Nutrición Materno Infantil’ publicada en 2013 por *The Lancet*, la Visión de la Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible y el movimiento “*Scaling Up Nutrition*” (SUN - por sus siglas en inglés) han desempeñado papeles cruciales para destacar que las intervenciones de nutrición de adolescentes deben ser adaptadas a las niñas y las adolescentes. Intervenciones para mejorar el acceso a la educación, retrasar el matrimonio y prevenir embarazos tempranos pueden contribuir en mejorar la nutrición de las adolescentes para que puedan alcanzar su pleno potencial (Horton, 2013; SUN, 2016; Thurnham, 2013; Black et al., 2013; Finlay et al., 2013a; Finlay et al., 2013b). Sin embargo, falta evidencia para guiar el desarrollo y distribución de mensajes estratégicos nutricionales e intervenciones para este grupo objetivo específicamente. Se necesita más investigación sobre el estado nutricional de los y las adolescentes a nivel mundial (Leenstra et al., 2005; Patton et al., 2016).

Acorde con el cambio de la atención global hacia los y las adolescentes, hay un incremento en el compromiso y movilización de representantes multisectoriales alrededor de la agenda de la adolescencia en Guatemala. Según la Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil (ENSMI) más reciente (datos de 2014-2015), el 24% de la población en Guatemala tiene entre 10 y 19 años (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). EL Plan Nacional de Desarrollo K’atun Nuestra Guatemala 2032 impulsado por la Secretaría de Planificación y Programación de la Presidencia, aboga por la participación activa de los y las adolescentes en el ámbito social y económico del país (CONADUR/SEGEPLAN, 2014). La política resalta la importancia de la educación, las oportunidades de empleo y los servicios de salud sexual adecuados a sus necesidades. El plan también indica la necesidad de combatir la desnutrición a nivel nacional involucrando a las madres y a la niñez menor de cinco años.

Guatemala enfrenta la ‘triple carga’ de la malnutrición, con altas tasas de retraso en el crecimiento, deficiencia de micronutrientes y obesidad tanto entre la población indígena como en la no indígena. A pesar de una cantidad de programas de fortificación de alimentos prolongados, la deficiencia de micronutrientes sigue siendo un problema, especialmente entre las poblaciones de bajos recursos (Iannotti et al., 2012).<sup>1</sup> El país ocupa el quinto lugar a nivel de retraso en el crecimiento en niños de cinco años en el mundo, y el más alto en América Latina. Al mismo tiempo, una combinación de dieta no saludable y falta de ejercicio (solamente el 50% de la población indica que realiza alguna actividad física) es un riesgo importante para la salud de todos los grupos de edades. Las causas principales de mortalidad para la población en general están relacionadas con una mala nutrición y estilos de vida no saludables, incluyendo ataques cardíacos, derrames e insuficiencia cardíaca (41%), cirrosis y neoplasias malignas (14%). También con una alta prevalencia de diabetes (OPS, 2014). Guatemala está siendo afectada cada vez más por la prevalencia de sobrepeso y obesidad en las mujeres de edad reproductiva, y en 2014, se informó que el 50% de la población tenían sobrepeso u obesidad (Ramirez-Zea et al., 2014). El incremento en la tendencia a la obesidad también se presenta en poblaciones más jóvenes. Las dietas incluyen incremento en los niveles de alimentos densos en calorías, con pocos nutrientes y más grasa (Nataga et al., 2011). La transición alimenticia es significativa tanto en las poblaciones indígenas como en

---

<sup>1</sup> Guatemala inició fortificando la sal con yodo en 1954 y el azúcar con Vitamina A en 1975. Aunque estos programas se suspendieron en 1979, se continuaron en 1988 y siguen hoy en día. EL gobierno también tiene programas para fortificar la harina de trigo con hierro y folato (Fiedler y HELLERANTA 2010).

las no indígenas (Bermúdez et al., 2010; Asfaw, 2011) y los efectos negativos de la “Coca-colonización” de Guatemala han sido mencionados con frecuencia.<sup>2</sup>

Aunque son escasos los datos de nutrición específicos de los y las adolescentes, datos recolectados de mujeres de edad reproductiva (15-49 años) en la ENSMI ilustran los retos de salud afrontados: 25% de todas las mujeres y el 37% de las mujeres indígenas en ese grupo de edad miden menos de 145 cm de altura, lo cual está correlacionado con mala nutrición en la vida temprana. Además, el 52% de las mujeres de 15-49 años tienen un índice de masa corporal (IMC) mayor a 25, lo que significa que padecen sobrepeso u obesidad, y el 14% sufren de anemia. Se reporta que el 24% de todas las mujeres embarazadas y el 32% de todos los niños y niñas entre 6-59 meses padecen anemia (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). Las deficiencias de micronutrientes (zinc, folato y vitamina B12) siguen siendo problemas muy comunes (Ramírez – Zea et al., 2014). El estudio Fill the Nutrient Gap llevado a cabo en Guatemala en el 2016 demostró que debido a los patrones actuales de consumo de alimentos es muy probable que muchas adolescentes en todo el país estén consumiendo dietas nutricionalmente inadecuadas y tengan deficiencia en micronutrientes importantes (PMA, en publicación).

El estado nutricional de una persona impacta su habilidad de aprender, trabajar, reproducirse y combatir enfermedades. Por lo tanto, las intervenciones dirigidas a la nutrición probablemente afectarán no solo a la persona sino también al desarrollo social, calidad educativa, destreza de la fuerza laboral y productividad, economía y calidad de vida (Ohlhorst, et. al., 2013). Guatemala no cuenta con una política específica para la nutrición en adolescentes, y son raras veces mencionados en las políticas nacionales de nutrición. En la Estrategia Nacional para la Prevención de la Desnutrición Crónica 2016-2020 (ENPDC), la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Presidencia de la República hace un énfasis especial en el elevado perfil de riesgo por sobrepeso y obesidad durante la adolescencia. Por otro lado, el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS) está desarrollando la Estrategia Nacional para la Prevención del Sobrepeso y la Obesidad en Niñez y Adolescentes (2017-2024).

En el año 2014 se estimó que el 59% de la población de Guatemala vivía con menos de US\$ 1.90 diarios, y el 23% en extrema pobreza (INE, 2014a). De la población indígena, el 79% vive en pobreza, mientras el 40% en extrema pobreza (INE, 2014a). La agricultura tiene un papel importante en la economía nacional, sumando más del 20% del PIB y empleando a más del 40% de la fuerza laboral del país (Berdegue y Fuenteabla, 2011). Esta contribuye al 23% del PIB de Guatemala, sumando hasta el 75% de los ingresos de las exportaciones, y emplea al 50% de la fuerza laboral (FAO, 2014). Los principales cultivos comerciales en el país son café, azúcar, banano y algodón, seguido por cáñamo, aceites esenciales y cacao (FAO, 2014).

## **Objetivos de la investigación**

Esta investigación es parte de un estudio de cuatro países que está contribuyendo a la base de evidencia global para la nutrición en la adolescencia. Los otros tres países incluidos en el estudio son Camboya, Kenia y Uganda. La investigación tiene cuatro objetivos generales:

- Evaluar las experiencias, necesidades y prioridades de los y las adolescentes respecto a su nutrición.
- Entender la política, entorno programático y prácticas actuales para involucrar efectivamente a los y las adolescentes.
- Establecer las preferencias de los y las adolescentes respecto a cómo quieren ser involucrados en los programas.
- Establecer recomendaciones centradas en el usuario para que las intervenciones nutricionales sean más orientadas a los y las adolescentes y de contexto específico.

---

<sup>2</sup> El término se refiere a la globalización de la cultura Americana, marcas y productos, especialmente la Coca Cola (Pendergrast, 2000).

## Resultados de la investigación

La investigación produjo varios resultados interrelacionados:

- Informe sustancial específico del país de datos empíricos recién recolectados.
- Informe conciso resumiendo hallazgos clave.
- Listado detallado específico de país con los actores clave involucrados en los programas para adolescentes e inventario de canales de distribución y mecanismos de involucramiento.
- Revisión bibliográfica de los cuatro países.
- Síntesis de los países resaltando el aprendizaje en Camboya, Guatemala, Kenia y Uganda.

## Estructura del informe

Este informe detalla la investigación llevada a cabo en Guatemala. Antes de su finalización, el PMA fue invitado a proporcionar retroalimentación que luego fue apropiadamente incorporada. El informe es estructurado para ser de uso operativo para el PMA y aliados, y presenta datos nuevos y valiosos que contribuyen a la evidencia basada en el involucramiento de los y las adolescentes en la nutrición, salud y desarrollo sostenible.

Luego de la introducción, se indican en detalle los métodos del estudio incluyendo los detalles contextuales de los sitios de estudio. Después se presentan los hallazgos del estudio en cuatro capítulos. El capítulo 1 se enfoca en definir y experimentar la adolescencia incluyendo definiciones a nivel nacional y también marcadores a nivel comunitario. El capítulo 2 aborda la alimentación y nutrición, describiendo las tendencias de consumo de alimentos, responsabilidades y distribución de los alimentos en el hogar, y clasificación de los alimentos. El capítulo 3 explora los factores interrelacionados que afectan la nutrición de las y los adolescentes: agricultura, propiedad de tierras y cambio climático; generación de ingresos; migración económica; acceso a la educación; violencia y abuso de drogas y alcohol; y salud sexual y reproductiva. El capítulo 4 trata sobre el involucramiento de los y las adolescentes. Esto identifica a sus personas influyentes clave e informa sobre el panorama de la comunicación y medios. Resume los programas para adolescentes que ya existen y resalta sus preferencias sobre cómo deben ser involucrados. La conclusión presenta una serie de recomendaciones para aumentar la visibilidad de los y las adolescentes; influenciar su nutrición; involucramiento; construir plataformas para el involucramiento; y desarrollar puntos de entrada para alianzas estratégicas.



*Niño en Cerro Azul, Alta Verapaz, cuidando la tienda de su mamá*

## Metodología

---

La investigación se llevó a cabo de acuerdo con los principios éticos en vigor para proteger los derechos y bienestar de todos los participantes. Se obtuvo permiso del comité ético de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad del Valle para realizar la investigación (ver Anexo 1) y fue avalado por la Oficina de País del PMA en la Ciudad de Guatemala, Guatemala. El estudio se condujo en tres fases interrelacionadas: revisión bibliográfica; mapeo de actores clave; e investigación formativa (una vista general del equipo de investigación se presenta en el Anexo 2).

### Fase 1 – Revisión bibliográfica

Se efectuó al inicio del proceso consultivo, la revisión rápida bibliográfica proporcionó una base sólida para el trabajo. Incluyó material publicado en revistas revisadas por colegas y literatura gris incluyendo documentos de programas, informes del país y encuestas demográficas nacionales. La revisión de documentos completa se presentó como un informe independiente, *‘Nutrición de las adolescentes en Camboya, Kenia, Guatemala y Uganda: una revisión de documentos seleccionados’*. Los textos completos y todo el material de referencia se compaginaron y presentaron como parte del portafolio de la investigación.

### Fase 2 – Mapeo de actores clave

El involucramiento de actores clave se inició en abril de 2017. Aprovechando las reuniones preliminares con actores clave de ONGs, el equipo de la investigación central facilitó un taller para proporcionar un panorama del mapeo de los actores clave, involucramiento de alianzas seguras, consultó sobre la posible selección de sitios para la investigación formativa, e identificó actores clave adicionales utilizando la técnica de bola de nieve. Durante el proceso de consulta se entrevistaron a 40 organizaciones de actores clave y sus programas se incluyeron en el ejercicio de mapeo entre abril y septiembre de 2017 (ver Anexo 3).

Se recolectó y tabuló la información de cada organización de actores clave en una hoja de cálculo de Excel (presentada como parte del portafolio de la investigación). Además de la información de contactos, el mapeo categorizó el enfoque, marco de tiempo y lugar de las intervenciones, el grupo objetivo (edad, etnia, género), las formas de involucramiento; estudios de investigación claves producidos (si alguno); y áreas de interés (ej. solicitudes de información adicional en temas importantes donde no hay datos). De esto, tanto las brechas como las oportunidades futuras para programas de varios sectores fueron resaltados, especialmente las oportunidades para intervenciones de nutrición y sensibles a la nutrición.

El consultor nacional de investigación del PMA realizó un análisis de la situación de la nutrición de los y las adolescentes y revisó demografía importante, estadísticas de embarazos, estadísticas de educación, niveles de empleo, tendencias y prácticas actuales de alimentación, y problemas nutricionales. También identificó puntos de entrada para apoyo y programas. El informe, *‘Análisis de la Situación de las Políticas y Programas de Nutrición para los y las Adolescentes en Guatemala’* se presentó como parte del portafolio de investigación, y los hallazgos clave fueron integrados apropiadamente tanto a la revisión bibliográfica como al informe sustancial de país.

### **Fase 3 – Investigación formativa**

Después de un período temporal durante el cual se aseguró la autorización ética para llevar a cabo la recolección de datos primarios, la fase de investigación formativa del estudio se condujo en junio y julio de 2017, incluyendo 20 días de trabajo de campo intensivo en el interior del país (ver Anexo 4 con el cronograma del trabajo de campo).

#### Apoyo en el trabajo de campo

Los aliados que ya se encuentran en ejecución se involucraron en cada departamento para ayudar a facilitar el involucramiento a nivel comunitario siendo este muy importante para el componente de trabajo de campo del estudio. Ellos fueron los responsables de presentar el Proyecto a los Consejos Comunitarios de Desarrollo Urbano y Rural (COCODES) y luego los líderes comunitarios actuaron como enlace para reclutar participantes para el estudio en su grupo representado.<sup>3</sup> En Alta Verapaz el programa Abriendo Oportunidades del Consejo de Población y la red de Mentoras de Chisec afiliadas apoyaron el trabajo de campo. El objetivo de Abriendo Oportunidades es mejorar las redes de apoyo social para las niñas mayas al conectarlas con modelos de vida y mentoras, formando capacidades importantes de vida y liderazgo, y proporcionando entrenamiento profesional práctico y experiencia. Mentoras de Chisec es un grupo de mujeres indígenas jóvenes que se encuentran en Chisec, Alta Verapaz quienes previamente facilitaron el programa con adolescentes (muchas de ellas fueron beneficiarias del programa). En Chimaltenango, equipo del programa Mi Especial Tesoro y del Comité Nacional de Alfabetización (CONALFA) fueron los que facilitaron la investigación. Mi Especial Tesoro es una organización benéfica cristiana cuyo objetivo es apoyar distintas opciones para niñas en riesgo de entrar a la prostitución debido a la extrema pobreza. La organización proporciona protección, educación y servicios de cuidado de la salud y maneja un orfanato que alberga a dieciséis niñas que han sido abusadas sexualmente o abandonadas. La organización recibe financiamiento a través de donaciones de congregaciones fuera de Guatemala, principalmente de los Estados Unidos. CONALFA ofrece clases de alfabetización para adultos en la Ciudad de Chimaltenango. El objetivo del programa es incrementar la alfabetización de las personas que nunca han tenido la oportunidad de asistir a la escuela. Monitores de campo de la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Presidencia de la República (SESAN) también apoyaron la investigación en Chimaltenango.

#### Sitios de estudio

Los sitios de estudio se seleccionaron con la asesoría de FAO, UNFPA, UNICEF y PMA durante la reunión inicial de involucramiento de actores clave en Guatemala en abril de 2017, y acorde con los datos de la última Encuesta Demográfica y de Salud (2017) y con la Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil (ENSMI 2014-2015). La selección fue aprobada por representantes del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, SESAN y CONJUVE durante una segunda reunión con actores clave realizada por PMA. Se acordaron algunos sitios específicos por SESAN y el COCODE en cada una de las áreas correspondientes. En cada área, el PMA organizó una reunión de involucramiento de los actores clave con los alcaldes municipales. En Chimaltenango también se consultó durante el proceso de planificación al Consejo Departamental de Seguridad Alimentaria (CODESAN) y al Consejo Municipal de Seguridad Alimentaria (COMUSAN). Al evaluar los diferentes sitios, se consideraron una cantidad de criterios clave:

---

<sup>3</sup> Consejos Comunitarios de Desarrollo (COCODE). El COCODE es un organismo que se basa en la comunidad para tomar decisiones con representantes del municipio, miembros de la comunidad electos y otras partes interesadas. El consejo representa los intereses de la comunidad y se le encomienda el manejo de las finanzas de los proyectos comunitarios (descrito en el Artículo 4 del Acta de Consejos de Desarrollo Urbano y Rural).



- ¿Se seleccionaron lugares tanto urbanos como rurales?
- ¿Se encuentra variedad en las poblaciones de cada lugar? (ej. ¿Las áreas urbanas incluyen las urbanas pobres, y las áreas rurales incluyen las minorías étnicas o diferentes medios de subsistencia; se representan diferentes religiones?)
- ¿Se encuentra algún aliado local establecido proporcionando divulgación o intervenciones para adolescentes en cada lugar? ¿Están ellos dispuestos o aptos para ayudar a facilitar la investigación?
- ¿Cuáles son sus mecanismos o canales de entrega para involucrar a los y las adolescentes? (ej. clubes para jóvenes, divulgación comunitaria) y ¿Se pueden utilizar estos para ayudar a identificar y reclutar participantes?
- ¿Incluyen estos a adolescentes de diferentes edades en sus programas? (ej. 10-14 años, 15-19 años)

El trabajo de campo principal se condujo en dos departamentos: Alta Verapaz y Chimaltenango. En cada uno, se escogieron dos sitios de estudio específicos, uno urbano y otro rural. En Alta Verapaz, el trabajo de campo se llevó a cabo en Cerro Azul (rural) y Chisec (urbano); y en Chimaltenango, en Xzetzizi (rural) y Ciudad de Chimaltenango (urbano). Los sitios de estudio dieron la oportunidad de involucrarse tanto con la población indígena como con la no indígena. Mientras cada sitio presenta sus particularidades, también se observan una cantidad de características comparables, incluyendo índices altos de pobreza, vulnerabilidades relacionadas al cambio climático, problemas de propiedad de tierras, inseguridad alimentaria y migración económica. Se seleccionó el departamento de Alta Verapaz por los índices altos de pobreza, malnutrición y analfabetismo; acceso limitado a métodos de comunicación y servicios; y debido a la información tan limitada sobre los y las adolescentes que viven en ese departamento. También se incluyó Alta Verapaz por el alto porcentaje de población indígena que vive en el departamento; la distancia relativa entre el departamento y la Ciudad Capital (alrededor de 7 horas en automóvil); y por la presencia del programa integral para las adolescentes Abriendo Oportunidades (aunque en el momento de recolectar los datos las actividades del programa ya habían terminado). Chisec, la cabecera municipal, es una ciudad localizada en el norte de Alta Verapaz. La población indígena Q'eqchi' que vive en la ciudad es regularmente pobre, con oportunidades de generación económica limitadas y frecuentemente envueltos en problemas de propiedad de tierras. Por lo contrario, Cerro Azul es una comunidad rural Q'eqchi' remota, con pocos servicios disponibles para la población. No hay red telefónica operando, no hay puesto de salud y solamente hay una escuela pequeña con recursos insuficientes. La comunidad depende completamente de la agricultura y la migración económica.

En Chimaltenango, los datos del departamento presentan indicadores socioeconómicos más positivos, niveles más altos de alfabetismo y mayor acceso a una variedad más amplia de métodos de comunicación (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). El departamento se encuentra a una hora en vehículo de la Ciudad de Guatemala y da como resultado que el departamento tenga más oportunidades comerciales y de generación de ingresos que Alta Verapaz. Chimaltenango también cuenta con una población étnica más mixta (tanto indígena como ladina) y es un área programática clave para el PMA. La Ciudad de Chimaltenango, la cabecera del departamento se seleccionó para ser un sitio de estudio. Se conoce como refugio de los líderes de la organización criminal 'Mara Salvatruchas' y los índices de drogas y crimen son altos (La Vanguardia, octubre 2017). También se informan altos índices de malnutrición, y muchos migrantes económicos dejan la ciudad y se van a los Estados Unidos o países vecinos. El segundo sitio de estudio en el departamento de Chimaltenango es la aldea rural de Xzetzizi en Patzún. Allí, las comunidades indígenas Kaqchikel enfrentan retos con la sequía, y son dependientes de la agricultura comercial y de las remesas de los migrantes económicos que residen en los Estados Unidos.

El PMA en Guatemala también estaba interesado en incluir un área que estuviera dentro de sus programas de respuesta de emergencia, en el Corredor Seco (un área que atraviesa Centro América desde Guatemala en el Norte hasta Panamá en el Sur, trazado para indicar la incidencia de sequías severas y el Niño). Por eso se incluyó Maraxco, Chiquimula como sitio de estudio. Se acordó que, ya que no se podían implementar todas las actividades de recolección de datos en Maraxco debido a las limitaciones de tiempo y recursos, se podían

conducir entrevistas a fondo con familias y adolescentes durante las visitas a los hogares. En Maraxco, la población predominante ladina y la comunidad indígena Chorti experimentan vulnerabilidades debido al cambio climático. La comunidad depende de la agricultura y otras oportunidades de generación económica son limitadas. Durante el período de recolección de datos, la comunidad estaba sometida a mayores dificultades ya que el sistema comunal de agua no funciona.

En el Anexo 5 se encuentra un mapa de los sitios de estudio y más detalles. La Tabla 1 (a continuación) presenta las características clave geográficas, de educación y salud de los sitios de estudio.

Tabla 1: Características clave geográficas, de educación y salud de los sitios de estudio

	(% Asistencia a escuela Primaria		(% Asistencia a escuela Secundaria		Mortalidad Infantil Temprana por cada 1000 nacimientos		Estado nutricional en menores de cinco años (% inferior a -2 SD)		Estado nutricional de las mujeres (15-49 años)		Doble carga de la malnutrición
	Hombres	Mujeres	Hombres	Mujeres	Mortalidad Neonatal	Mortalidad de menores de cinco años	Retraso en el crecimiento	Peso insuficiente	Menos de 145cm	IMC <18.5	(%) de prevalencia de coexistencia de un niño con retraso en el crecimiento y madre con sobrepeso
<b>Chimaltenango</b>	91.2	87.5	43.3	40.8	18	20	56.9	0.6	37.2	0.9	37 (32/41)
<b>Alta Verapaz</b>	90.9	89.3	39.6	25.0	23	5	36.8	1.4	33.1	1.5	28 (24/32)
<b>Chiquimula</b>	91.5	87.0	36.4	36.4	28	23	45.2	1.1	23.3	2.6	15 (10/19)

Datos obtenidos del MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017; Ramirez-Zea et.al.2014.

### Recolección de datos

Los datos se recolectaron a través de una combinación de los siguientes métodos:

- Investigación bibliográfica y de datos
- Entrevistas a fondo con informantes y actores clave
- Discusiones de grupos focales con informantes y actores clave
- Talleres participativos con adolescentes
- Encuesta de tecnología con adolescentes y jóvenes
- Taller de retroalimentación con el PMA y actores clave involucrados en el mapeo

Desarrollo de herramientas: Basado en una investigación rápida de la bibliografía y documentos de los programas, se desarrolló una guía de contenido alrededor de temas clave: definir la adolescencia; ONG/I y políticas y programas gubernamentales; problemas de salud (en general) y salud sexual y reproductiva; alimentación y nutrición; educación; crianza de niños e influenciadores de adolescentes; mensajería; necesidades de la investigación y solicitud de documentos; contexto de telecomunicaciones / IT; y responsabilidad corporativa (ver Anexo 6). Esto formó la base para el diseño de una serie de herramientas de investigación: esquemas semi estructurados para entrevistas a fondo y discusiones de grupos focales por grupo de actores clave; esquemas y lineamientos para talleres participativos; y una encuesta sobre la comunicación de los jóvenes y los canales de tecnología. Los temas clave se abordaron en cada entrevista, discusión de grupo focal y taller permitiendo el análisis de los temas en todos los grupos participantes y en los sitios de estudio. Se revisaron y perfeccionaron preguntas y sondeos específicos durante el estudio. La investigación se diseñó para promover la contribución de varios actores clave utilizando un acercamiento por fases, para que los problemas planteados por un grupo de interlocutores pudieran discutirse con otros grupos de actores clave según fuera apropiado. Esto aseguró el cotejo de material a fondo y el rigor de su validación y triangulación. El PMA supervisó las herramientas antes de su finalización e implementación.

Entrevistas a informantes clave: Las entrevistas a informantes clave se llevaron a cabo con una variedad de actores clave a niveles nacional, departamental, municipal y comunitario. Las preguntas de las entrevistas se revisaron y perfeccionaron durante el trabajo en campo en respuesta a temas que surgieron durante el curso de las entrevistas que se realizaron. La dirección y contenido de cada entrevista lo determinó cada entrevistador y se enfocaron en los temas que ellos priorizaron, pero todos los componentes de la guía de contenido se cubrieron para asegurar la comparación temática. Todas las entrevistas se llevaron a cabo con la mayor privacidad posible, después de haber otorgado todos los consentimientos y en la presencia únicamente del equipo de investigación. Cada entrevista duró aproximadamente 90 minutos.

Discusiones de grupos focales: Las discusiones de grupos focales (DGF) se realizaron con actores clave seleccionados a nivel comunitario. Como con las entrevistas a los informantes clave, las discusiones de los grupos se estructuraron por el esquema preparado, pero permitió flexibilidad y la coproducción de conocimiento. En varios casos, aunque no siempre, los cuidadores quienes participaron en los GF eran madres / padres o abuelas / padres de las adolescentes que asistieron a los talleres. Las discusiones de GF con líderes comunitarios y cuidadores se realizaron en espacios de reuniones comunitarios (ej. salones comunitarios, aulas), otra vez después de otorgar pleno consentimiento y en presencia únicamente del equipo de investigación. Cada discusión duró aproximadamente 2.5 horas.

Talleres con adolescentes: Los talleres participativos se realizaron con niñas y niños adolescentes entre 10-14 años y 15-19 años. Se utilizaron métodos participativos específicos para asegurar el involucramiento profundo e integración de este grupo en la investigación y cada sesión utilizó terminología, lenguaje y métodos creativos apropiados de acuerdo con las prácticas de buena ética y en el marco de la Convención de los Derechos del Niño. Los métodos incluyeron paredes con grafiti (para representar las percepciones de la vida comunitaria y las actividades diarias); dibujos (para representar las percepciones de la adolescencia y la nutrición) y un ejercicio modificado de fotovoz utilizando cámaras Polaroid. Fotovoz es una metodología participativa de fotografía y análisis de datos utilizada en investigación comunitaria para documentar y reflejar las realidades locales (Wang y Burris 1994). Conscientes de las diferentes competencias de los niños y adolescentes (James et al., 1998; Johnson, 2011), las adolescentes (15-19 años) realizaron una '*fotocaminata*' en el transcurso de su taller creativo para documentar y reflejar sus comunidades, prácticas diarias, fuentes locales de alimento y comportamientos alimenticios. Los talleres con adolescentes se llevaron a cabo en espacios para reuniones comunitarios después de haber dado completa aprobación y consentimiento, y en presencia solamente del grupo de investigación. Cada taller duró entre dos y cuatro horas.

Encuesta de tecnología: Luego de una prueba piloto de la encuesta de tecnología en Cerro Azul, Alta Verapaz, el equipo de investigación actualizó la herramienta para que fuera más apropiada para el contexto del campo. Se administraron encuestas de tecnología individuales a los y las adolescentes y jóvenes de edades de 10 a 25 años. Las preguntas de la encuesta fueron formuladas sistemáticamente en materia gradual de los temas relacionados a radio, televisión, teléfonos celulares, uso de internet e involucramiento y comportamiento con redes sociales. Si un bloque de preguntas no aplicaba al participante (ej. no escuchaba la radio), el encuestador seguía con el siguiente bloque de preguntas hasta completar la encuesta. La encuesta también incluyó un bloque de preguntas final para otras formas (no tecnológicas) de comunicación. Las encuestas de tecnología tomaron entre 15 a 60 minutos para completarlas, dependiendo cuántos bloques de preguntas eran apropiados para que respondiera el participante.

Como una muestra de agradecimiento, a todos los entrevistadores y participantes de las discusiones de GF y talleres se les brindó un refrigerio aprobado por el PMA que consistió en *Incaparina*, galletas multi grano y una manzana.<sup>4</sup> Ya que los talleres realizados duraron más tiempo e involucraron directamente a los y las adolescentes, a los y las participantes también se les dio una fotografía Polaroid de ellos mismos o una foto de grupo con sus amigos o familia, según lo que prefirieran.

#### Actividades para participantes y reclutamiento para la investigación formativa

Los participantes del estudio fueron seleccionados por medio de muestreo intencional, no probabilístico. Se inscribieron un total de 399 participantes en los tres departamentos y se llevaron a cabo 158 actividades de recolección de datos. A nivel nacional, se realizaron tres entrevistas con actores clave del gobierno y representantes de ONG/I ya fuera en persona o por teléfono dependiendo de la preferencia del actor clave involucrado. A nivel departamental se realizaron 13 entrevistas: seis con representantes de ONG involucradas en programas para adolescentes y/o de nutrición; y siete con representantes de agencias gubernamentales.

A nivel comunitario, se llevaron a cabo 31 entrevistas a fondo con informantes clave con líderes comunitarios y representantes de Organizaciones de la Sociedad Civil involucradas en programas para adolescentes y/o nutrición. Además, se realizaron tres entrevistas con adolescentes en Chiquimula, cuatro entrevistas fueron con sus cuidadores, y uno con hermanos y hermanas de una de las adolescentes. Se condujeron nueve GF con 103 cuidadores de adolescentes (64% madres, 36% padres). Los cuidadores tenían entre 19 y 68 años, con un promedio de 37 años. Cuidaban entre uno y doce niños/niñas y adolescentes, con un promedio de cinco niños/niñas y adolescentes bajo su cargo en el momento de la investigación. La mayoría de los cuidadores dejaron la escuela primaria en sexto grado. Se realizaron dieciséis talleres participativos con 162 adolescentes: 58 niñas y 39 niños adolescentes de 10-14 años; 32 niñas y 33 niños adolescentes de 15-19 años. Se completaron ochenta y dos encuestas de tecnología con adolescentes y jóvenes de 10-25 años. La Tabla 2 detalla las actividades y el número de participantes por lugar y grupo de actores clave.

El estudio tenía como objetivo incluir diferentes adolescentes para representar la diversidad de la sociedad guatemalteca. La Tabla 3 resume detalles demográficos clave de adolescentes que participaron en los talleres. La edad promedio de los y las adolescentes participantes (10-19 años) fue 14.5 años.

---

<sup>4</sup> *Incaparina* es un alimento alto en proteína elaborado con semilla de algodón, harina de sorgo, maíz y levadura y se utiliza extensivamente en América Latina para prevenir enfermedades por deficiencia de proteína.

Tabla 2: Actividades de recolección de datos

		Alta Verapaz		Chimaltenango		Chiquimula	
		Ciudad de Guatemala	Cerro Azul	Chisec	Ciudad de Chimaltenango	Xetzizi	Maraxco
<b>Entrevistas</b>	Funcionarios de gobierno	-	-	2	2	3	-
	Implementadores de programas	3	1	3	2	0	-
	Sector privado	-	3	4	1	1	-
	Líderes comunitarios	-	5	4	1	3	6
	Cuidadores	-	-	-	-	-	4
	Niñas adolescentes	-	-	-	-	-	3
	Hermanos y hermanas	-	-	-	-	-	1
<b>GF</b>	Madres	-	38	8	10	10	-
	Padres	-	7	11	9	10	-
<b>Talleres</b>	Niñas de 10-14 años	-	31	8	10	9	-
	Niños de 10-14 años	-	15	6	10	8	-
	Niñas de 15-19 años	-	10	5	10	8	-
	Niños de 15-19 años	-	8	5	10	9	-
<b>Encuestas</b>	Jóvenes de 10-25 años	-	21	20	21	20	-
<b>Total (399)</b>		<b>3</b>	<b>139</b>	<b>76</b>	<b>86</b>	<b>81</b>	<b>14</b>

Tabla 3: Demografía de los y las adolescentes participantes en los talleres

Demografía		% de participantes (n=162)
<b>Género</b>	Hombres	44
	Mujeres	56
<b>Etnia</b>	Q'eqchi	25
	Ladinos	25
	Indígenas	24
	Kaqchikel	19
	Sin respuesta	7
<b>Registrados dentro/fuera de la escuela*</b>	Dentro de la escuela	55
	Fuera de la escuela	45
<b>Estado civil</b>	Solteros	94
<b>Hijos</b>	Tienen hijos	6

\* En promedio, el nivel más alto de educación de los y las participantes fue quinto grado primaria.

### Consentimiento

Antes de iniciar cada actividad de recolección de datos se obtuvo consentimiento. El director de la investigación proporcionó una explicación completa del estudio y enfatizó que la participación era de naturaleza opcional, voluntaria, confidencial y anónima. Se dejó claro que la participación no afectaría ningún servicio futuro y/o beneficios de la comunidad necesitados o recibidos. Se les dio la oportunidad a todos los

participantes de hacer preguntas y pedir más explicaciones. Se presentó, explicó y leyó en voz alta el formulario de consentimiento a los y las participantes analfabetas (ver Anexo 6). Los detalles de contacto del punto focal del PMA para la investigación se incluyó en cada formulario de consentimiento y se les proporcionó a los líderes comunitarios, funcionarios de gobierno y representantes de la industria para sus registros. Se les entregó una copia del formulario de consentimiento a cada participante según lo solicitaran. Se le prestó atención especial al procedimiento de consentimiento al inicio de cada taller de adolescentes. Se les explicó en detalle a los cuidadores (varios de los cuales participaron en discusiones de grupos focales) los objetivos del estudio y del taller, así como también la participación de cada persona y se les solicitó llenar el formulario de consentimiento del estudio. En pocos casos, no se pudieron involucrar el equipo de investigación a los cuidadores, así que autoridades locales del pueblo (ej. COCODES), quienes ya estaban informados sobre el estudio y muchas veces fueron los responsables del reclutamiento de los y las participantes, otorgaron consentimiento verbal en nombre del cuidador. Se les explicó el estudio y su participación en una forma apropiada, accesible y en su propio idioma. Se les solicitó su aprobación y dio la oportunidad también de llenar el formulario de aprobación.

Todas las y los participantes, incluyendo los y las adolescentes, dieron su consentimiento informado al firmar el formulario de consentimiento. En las conclusiones del trabajo de campo, se conservaron todos los formularios de consentimiento en copia digital por el PMA en Guatemala y en copia impresa por Anthrologica.

#### Manejo, transcripción y traducción de datos

Todas las entrevistas, GF, y discusiones de los talleres de adolescentes se grabaron utilizando una grabadora de voz, con la excepción de dos entrevistas con actores clave en las que el o la participante solicitaron que no se utilizara la grabadora de audio. El equipo de investigación tomó notas detalladas durante cada sesión de recolección de datos y especialmente durante las entrevistas que no se grabaron. Todos los datos se almacenaron en la computadora portátil de la investigadora principal protegida con contraseña y se hizo una copia de seguridad en un disco duro portátil.

Al finalizar la recolección de datos, las grabaciones en audio de todas las sesiones de recolección de datos se transcribieron al español. Se produjeron transcripciones anónimas en Microsoft Word. La investigadora principal revisó la precisión de las transcripciones y se cruzaron referencias con las notas del equipo de investigación de campo. Todas las áreas de inconsistencia se resolvieron después de una revisión adicional del archivo de audio original. Todas las transcripciones y entrevistas, así como la tabla de Excel del mapeo de los actores clave se tradujeron al inglés y se revisó la precisión con secciones vueltas a traducir al español. Otra vez, cualquier área de inconsistencia fue resuelta.

Todas las encuestas de tecnología las llenaron los encuestadores locales en papel. Al finalizar el trabajo de campo se recolectaron las copias impresas y los datos se ingresaron a un Excel haciendo un cruce de entradas con las copias originales en papel. Las copias impresas de todas las encuestas de tecnología las conservó el PMA en las conclusiones del trabajo de campo, y Anthrologica conservó copias digitales.

#### Análisis de datos

El análisis preliminar se realizó durante todo el proceso de recolección de datos, el equipo de investigación presentó hallazgos clave iniciales al equipo de PMA durante las sesiones de informe de conclusiones del trabajo de campo.

El análisis completo de todos los datos cualitativos lo condujo la investigadora principal utilizando análisis temático. Se identificaron temas dominantes a través de la revisión sistemática de las entrevistas, GF, talleres y notas de observación. Los conceptos destacados se codificaron y su incidencia y recurrencia se etiquetaron utilizando el software MAXQDA. Las tendencias nuevas se analizaron de forma crítica de acuerdo con los objetivos de la investigación. Se utilizaron secciones particulares de narrativa *ad verbatim* para armar casos de estudio y se incluyeron en el informe para asegurar que las voces de los y las participantes fueran capturadas y mantenidas. Los datos demográficos de los y las participantes y los datos de la encuesta de tecnología se analizaron utilizando Excel. El proceso de análisis fue sistemático y transparente, y todos los datos primarios se pusieron a disposición del PMA.

### **Limitaciones de la metodología**

El estudio tuvo una cobertura geográfica amplia, la cual, combinada con un marco de tiempo y recursos limitados, representó ciertos retos. A través de la investigación, el equipo buscó mitigar el impacto de estos problemas empleando una metodología pragmática desarrollada cuidadosamente y utilizando eficientemente los recursos disponibles. Se realizaron la cantidad máxima posible de entrevistas, Grupos Focales, talleres y encuestas en cada sitio de estudio dado el tiempo y las restricciones operativas.

En la investigación cualitativa, siempre se corre el riesgo asociado con la mala interpretación y la posibilidad que las personas participantes proporcionen respuestas que ellos creen que son socialmente aceptadas, u ocultar información sensible. El equipo de investigación realizó esfuerzos para mitigar este riesgo al trabajar todos muy de cerca para planificar por adelantado estilos de traducción y cómo capturar mejor los coloquialismos, abstracciones, expresiones idiomáticas y jerga. Se utilizó cuidadosamente fraseología al formular preguntas. Se les repitieron secciones narrativas a los y las participantes para confirmar o aclarar declaraciones. Además, el equipo de investigación no era conocido con anterioridad en las comunidades o por los o las participantes individuales, y a través del cuidadoso proceso de consentimiento, se creó un 'espacio seguro' para compartir ideas. Los y las participantes fueron alentadas para hablar abiertamente y el equipo de investigación no sintió que las respuestas socialmente correctas hayan parcializado los hallazgos. Los esquemas de trabajo para las entrevistas y las discusiones permitieron formular preguntas similares en maneras diferentes para poder triangular las respuestas de los actores clave. Los datos de observación obtenidos durante las actividades de fotocaminatas en la comunidad también sirvieron como método de verificación (ej. la condición de los cultivos, variedad de alimentos, consumo de comida rápida, etc.).

Uno de los retos para el equipo de investigación fue el manejo de la cantidad de participantes que fueron movilizados a nivel comunitario. Cantidades grandes de participantes hacían difícil implementar actividades participativas y dedicarles tiempo y atención a cada participante. También hubo cuestiones de privacidad que se tuvieron que guiar cuidadosamente. En Cerro Azul, el COCODE aconsejó al equipo de investigación a no cerrar la puerta donde se estaba llevando a cabo el taller porque las madres podían pensar '*que están haciendo de todo con las niñas*'. Allí había un nivel muy alto de desconfianza hacia los '*extranjeros*' (personas de la Ciudad de Guatemala y de fuera), y los actores clave locales hicieron referencia a comportamientos abusivos de parte de '*extranjeros*' en el pasado. Debido a estas preocupaciones, la puerta del salón se mantuvo parcialmente abierta, pero una cuidadora se mantuvo en la puerta para prevenir que otros niños y niñas curiosos interrumpieran el taller. El equipo de investigación organizó sesiones adicionales al final del día de juegos grupales para los y las adolescentes que fueron movilizados por sus líderes comunitarios pero que no pudieron participar en el taller. Esto lo agradecieron mucho y también el COCODE quien expresó agradecimiento por manejar con sensibilidad las relaciones de la comunidad y sus expectativas.

En otros lugares, los cuidadores estuvieron reacios a permitir que las adolescentes fueran involucradas individualmente. También, los facilitadores comunitarios que ayudaron a seleccionar a los y las participantes no



percibieron a las madres adolescentes como indicadas para la inclusión debido a que a ellas se les percibe como 'adultos'. Muchos padres hablaron de la vergüenza asociada con que sus hijas hayan sido 'malas' (resultando embarazadas a una edad temprana). Esto pudo haber impedido que algunos padres ofrecieran como voluntarias a sus hijas para participar, y pudo incluso haber impedido que las mismas madres adolescentes se ofrecieran. Para afrontar esto, y poder crear un espacio seguro para que las adolescentes pudieran hablar en privado y su familia estuviera tranquila, el equipo de investigación fue cuidadoso en involucrar a toda la familia antes para explicarles el estudio, luego llevaron a cabo una entrevista a fondo con la cabeza del hogar (regularmente el padre de la adolescente), el cuidador primario (regularmente la madre de la adolescente), y con un hermano, luego con la adolescente. Este acercamiento, el cual llamó una asistente de campo como '*pelar una cebolla*', fue exitoso. Al recalcar la importancia de escuchar las diferentes opciones de los miembros del hogar y explicar que la adolescente estaba siendo involucrada porque ya pronto sería una mujer, las comunidades se mostraron más receptivas.

Aunque hubo un alto grado de interés en participar en el estudio, fue complicado encontrar un tiempo adecuado para reunirse con adultos participantes, especialmente participantes hombres en áreas urbanas. Muchos trabajan largas horas y deben salir temprano en la mañana para viajar hasta sus lugares de trabajo o fincas. Para sobrellevar esto, a la mayoría de los adultos participantes se les involucró después de la iglesia los sábados y domingos.

En Chimaltenango, muchas de las adolescentes involucradas en el estudio viven en un orfanato, por haber perdido a sus dos padres o porque han sido víctimas de abuso (sexual). Por esta razón, los hallazgos en Chimaltenango no pueden generalizarse, pero debido a los altos índices de abuso sexual e infantil en el país, la conclusión de este grupo de interlocutores fue importante y los hallazgos pueden ser representativos para adolescentes enfrentando problemas similares en otras ciudades de Guatemala.

En Guatemala, hay un panorama variado de aliados gubernamentales y ONG/I que ofrecen servicios comunitarios de salud, nutrición y otros servicios para mujeres y niños o niñas y no fue posible involucrar a todos los aliados potenciales en el país. En la medida posible, los actores clave fueron mapeados antes de la recolección de datos, y la Oficina de País del PMA pudo priorizar a los actores clave para incluirlos en el estudio.

Debido al tamaño del muestreo del estudio, los resultados no se pueden extrapolar a un contexto más amplio de país. Especialmente en el caso de Maraxco, Chiquimula, ya que la intención fue que el sitio fuera el lugar para un caso de estudio que ilustrara inseguridades alimentarias específicas que enfrentan las familias en el

Corredor Seco. La saturación de hallazgos en Alta Verapaz y Chimaltenango indica que los datos de esos departamentos se pueden aplicar a los y las adolescentes de etnias similares que viven tanto en lugares rurales como urbanos en otras áreas del país. Los hallazgos de todos los lugares de estudio se corroboraron ampliamente con la revisión bibliográfica.



*Niñas adolescentes participando en la actividad de fotocaminata, Xzetzizi, Chimaltenango*

## 1. Definiendo y experimentando la adolescencia

---

La adolescencia es comúnmente entendida como la etapa de la vida entre el final de la niñez y el inicio de la adultez (Kaplan, 2004). Conceptualmente, las Naciones Unidas define la adolescencia como el intervalo de edades de 10-19 años, aunque otros argumentan que es de 10-24 años (Sawyer et al., 2018). La adolescencia es un concepto dinámico, tanto en lo cultural como a través de la historia. La duración, el progreso y hasta la existencia de la adolescencia como una etapa pasajera en la vida difiere ampliamente entre culturas (Steinberg, 2014).

En Guatemala, las leyes y políticas no han estandarizado una definición o un rango de edad para la adolescencia, y las definiciones de adolescencia de las comunidades y la terminología adoptada por el estado a nivel nacional difieren marcadamente. Es claro que conceptualmente hay un período distinto en la vida que marca la transición entre la niñez y la adultez, pero varía la definición de esa transición, aquello que causa el principio y el fin de las etapas de la vida, y la terminología con que se le describe.

La edad es raramente utilizada para indicar diferentes etapas de la vida a nivel comunitario y los marcadores de la adultez pueden observarse en personas considerablemente menores a 18 años, la mayoría de edad en Guatemala. Durante la adolescencia temprana los caminos de las niñas y niños son diferentes, con mayor libertad de movimiento de los niños adolescentes mientras que la esfera de influencia para las niñas se vuelve más restringida a sus hogares. El matrimonio fue identificado como el marcador principal para la transición de la adolescencia a la adultez para ambos niñas y niños de todos los grupos étnicos y en todos los lugares de la investigación. Vale la pena mencionar, sin embargo, que la yuxtaposición conceptual de los ‘marcadores de la adolescencia’ puede obstaculizar la implementación efectiva y eficiente de los programas. Algunos adolescentes se excluyeron a ellos mismos de servicios dirigidos para ‘jóvenes’ y/o ‘adolescentes’ ya que se identificaron a ellos mismos como adultos (debido a que ellos ya estaban casados, tenían un hijo o *‘trabajaban en el campo’*), a pesar de estar dentro del grupo de edad de 10-19 años.

### Definiciones nacionales de la adolescencia

A nivel nacional, la edad en la que alguien se convierte en adolescente depende de la entidad gubernamental que formule la política. El Consejo Nacional de la Juventud (CONJUVE) con el Ministerio de Desarrollo Social (MIDES), la Secretaría de Planificación y Programación de la Presidencia (SEGEPLAN) y el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS) consideran que la adolescencia inicia a los 10 años. Sin embargo, la Corte Suprema de Justicia (CSJ), de acuerdo con la constitución, estipula que a los 13 años. En la legislación los conceptos de ‘niñez’, ‘adolescencia’ y ‘adultez’ se miden por edad (ver la Tabla 4 a continuación).

La Ley Nacional de la Juventud (Iniciativa de Ley Nacional de la Juventud, 3896), es una ley que tiene como objetivo proteger y promover los derechos y obligaciones de los jóvenes en el país, establecido en la Política Nacional de la Juventud 2012-2020, redactada por CONJUVE, MIDES y SEGEPLAN. Bajo esta ley y política, una persona es ‘adolescente’ cuando se encuentra entre los 13 y 18 años, y un ‘joven’ desde los 18 hasta los 30 años. A los 30 años, un ‘joven’ se convierte en ‘adulto’, un miembro adulto de la sociedad.

En la ley penal de Guatemala (Decreto 27-2003), un niño se convierte en adolescente a los 13 años y adulto a los 18 años. Como adolescente, una persona tiene responsabilidad criminal sobre sus actos y puede, como consecuencia de dichos actos, ser juzgado y mandado a prisión juvenil si se encuentra que está en violación a la ley penal.

Tabla 4: Definiciones legislativas de adolescencia en Guatemala

Ley/Política	Entidad responsable	Edad de adolescencia (años)
Política Nacional de la Juventud 2012-2020	CONJUVE, MIDES, SEGEPLAN	13-18
Ley de Protección de la Niñez y Adolescencia (Política Pública de Protección Integral y Plan de Acción Nacional para la Niñez y Adolescencia de Guatemala)	SEGEPLAN	13-18
Ley Penal de Guatemala (Decreto 27-2003)	CSJ	13-18
Ley de Matrimonio (Código Civil de Guatemala)	CSJ	18>
Plan Nacional de Prevención de Embarazos en Adolescentes y Jóvenes	CONJUVE	10-19
Política de Bienestar y Salud para la Adolescencia y la Juventud 2015-2024	MSPAS	10-19

El Plan Nacional de Prevención de Embarazos en Adolescentes y Jóvenes redactado por el Consejo Nacional de la Juventud y el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social define la adolescencia como el período entre 10 y 19 años (CONJUVE, MSPAS 2015). El plan detalla puntos de acción y estrategias para proteger a las adolescentes de quedar embarazadas antes de convertirse en adultos a los 19 años. Sin embargo, en la ley de Matrimonio del Código Civil de Guatemala, una persona puede casarse legalmente a los 18 años.

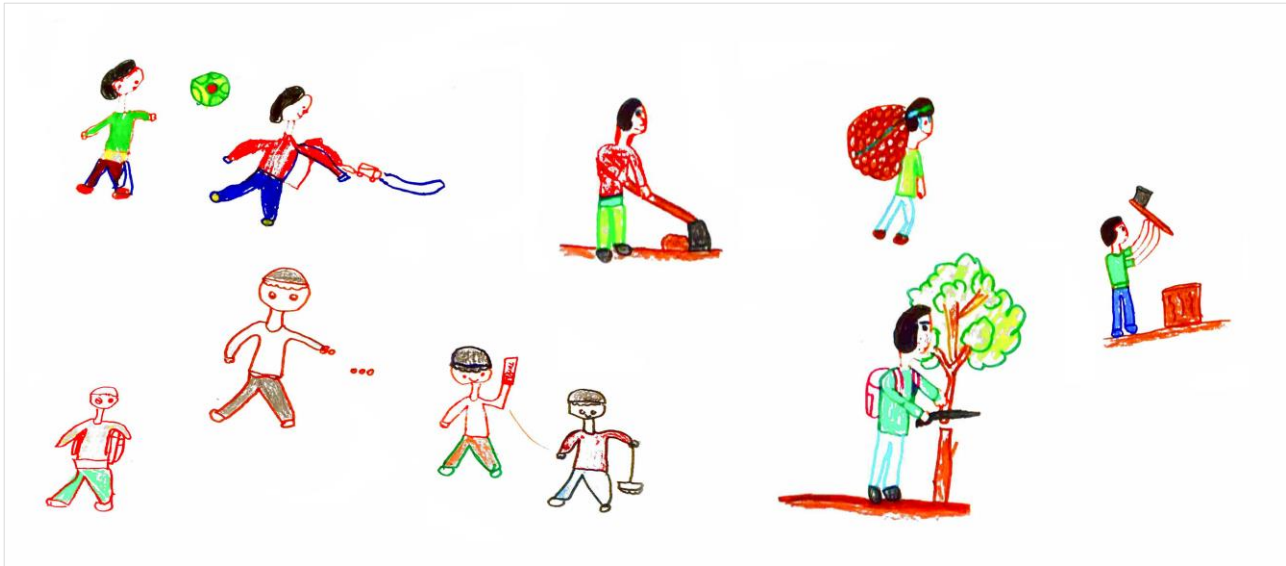
La Política de Bienestar y Salud para la Adolescencia y la Juventud 2015-2024 es una política del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social que tiene como objetivo proteger el bienestar y la salud de los y las adolescentes y jóvenes en Guatemala a través de garantizar el acceso universal, equitativo y de alta calidad a los servicios de salud. La política se dirige a personas jóvenes de 10-29 años y resalta la existencia de tres subcategorías de adolescentes: adolescencia temprana de 10 a 13 años; adolescencia intermedia de 14 a 16 años; y adolescencia tardía de 17-19 años.

### Definiciones y marcadores en las comunidades

En los sitios de estudio se entiende la adolescencia como un momento clave en la vida, pero, no hay una edad establecida para que uno se ‘vuelva’ un adolescente o adulto (ver Tabla 5, al final del capítulo). Tal como indicó un cuidador de Chimaltenango, *‘Algunos pueden ser antes, otros después...esto (la adolescencia) no les pasa a todos los niños y niñas al mismo tiempo’*.

Tanto los adultos como adolescentes en los sitios de estudio describieron cambios biológicos y crecimiento físico como marcadores clave de la adolescencia. Tal como confirmó un niño de 12 años que participó en un taller de Cerro Azul, Alta Verapaz, *‘Nuestro cuerpo y estado cambian’*. Los niños notan que se vuelven más grandes y fuertes rápidamente, y que su voz se vuelve más grave. Los cuidadores incluyeron que la adolescencia es un tiempo en el que los niños tienen *‘sueños húmedos’*. Para las adolescentes, la primera menstruación marca el cambio más importante (tal como se discute luego), pero también se observan otros cambios físicos, especialmente el crecimiento de los senos.

Dichos cambios físicos causan cambios sociales, incluyendo un cambio de estatus de los y las adolescentes en la comunidad. También se percibe como un tiempo en el que tanto los niños como niñas deben *‘dejar de jugar en la calle’* y volverse más *‘responsables’*. Durante la adolescencia temprana, el camino de los niños y niñas es diferente. Las madres y otras familiares les enseñan a las adolescentes a convertirse en *‘buenas’* mujeres, mientras que a los adolescentes les enseñan sus padres y otros familiares a convertirse en hombres *‘responsables’*.



*'Los adolescentes [a la izquierda] crecen para ser adultos [a la derecha]'. Dibujo por dos adolescentes de 12 años, Xzetzizi, Chimaltenango.*

### Niños adolescentes: de jugar con sus amigos a 'cargar leña'

Los miembros de la comunidad regularmente miden la madurez de los niños en términos de su fuerza física y el trabajo que pueden hacer, especialmente relacionado con trabajo fuerte de agricultura (ver imagen anterior), y su contribución al ingreso del hogar. Esto es evidente en todos los sitios de estudio, pero más marcado en las áreas rurales y en familias de niveles socioeconómicos más bajos. En una discusión de grupo focal en Xzetzizi, Chimaltenango un padre explicó que en su comunidad ellos evalúan si el niño está listo para la socialización al preguntar *'¿Puede cargar un quintal de maíz?'*, mientras otro padre concluyó que los niños se convierten en adolescentes *'Cuando ellos pueden empezar a trabajar directamente en el campo... cuando ellos ya pueden trabajar con adultos'*. Los niños urbanos y sus familias, especialmente los de familias marginadas y familias pobres indígenas, también indicaron que la madurez de los niños se mide por el trabajo que pueden hacer.

Cuando los adolescentes empiezan el trabajo pesado en el campo, también pueden ganar un *'salario de adulto'*. En Xzetzizi, los padres dijeron que antes de recomendar a sus hijos para cultivar la tierra, ellos les hacen una prueba para estar seguros de que son capaces de hacer suficiente trabajo para asegurar suficientes ingresos. Cuando creen que un niño de 12 años está listo para trabajar la tierra, lo hacen trabajar por quince días seguidos. Si no es capaz de completar el tiempo, él, *'Tiene que regresar a estar con las mujeres otra vez'*.

Los adolescentes están orgullosos por su trabajo en el campo, o por trabajar al lado de sus padres y otros hombres y ganar alguna independencia financiera. En el taller participativo en Xzetzizi, los adolescentes de 11 años reconocieron que ya no *'juegan en el campo'*, sino que van a trabajar con sus padres. Tal como explicó un adolescente de 17 años que trabaja diariamente en una finca de brócoli cerca de la Ciudad de Chimaltenango,

*Ya que el adolescente está ganando algo de dinero, tiene la obligación de contribuir con algo a la casa. El padre ahorra ese dinero para el adolescente para cuando cumpla 18 o 20 años y necesite comprar tierra o construir una casa, eso es lo que él quiere para su hijo.*

Es común que los adolescentes dejen la escuela para ayudar a sus padres a ganar dinero, aunque muchos trabajan muchas horas al día por pagos muy bajos y a veces sin ningún pago (ver Relato 1 a continuación).<sup>5</sup>

### **Relato 1 – Un día en la vida de un adolescente de 12 años en una comunidad rural en Alta Verapaz**

*Normalmente me levanto como a las seis de la mañana. Luego desayuno. Como lo que mi mamá y mis hermanas me preparan. Nosotros comemos vegetales como hongos y hojas verdes. A veces comemos huevos y frijoles. Pero, tortillas, comemos todos los días.*

*Como a las siete de la mañana, voy a buscar leña a la montaña y de allí me voy a trabajar a la parcela con mi papá. Me toma como 90 minutos llegar a la finca. A veces mis tíos también caminan con nosotros. Algunas veces voy a la escuela. Pero no muy seguido, tal vez un día a la semana.*

*Regularmente regreso a mi casa a las cuatro y descanso un rato o juego fútbol con mis amigos. A veces voy a la tienda cerca de mi casa en la noche, después de cenar. Ellos tienen televisión. Tengo que comprar una bolsa pequeña de Tortrix para poder ver. Casi siempre vemos películas como Rocky, si no vemos fútbol.*

### Niñas adolescentes: la menstruación y el trabajo del hogar

En América Latina, cuando una adolescente cumple 15 años casi siempre se celebra con una ‘fiesta de quince años’. Esto marca la transición de niña a mujer y regularmente se celebra en la Iglesia, o en la casa con familia y amigos. En las comunidades indígenas de Alta Verapaz, las madres en Cerro Azul explicaron que idealmente se comen tamales y pollo en la celebración, pero indicaron que, en la realidad, ya son raras estas celebraciones porque ‘No hay dinero para los quince años’. En su lugar, cuando la adolescente llega a la edad se marca con el incremento del trabajo doméstico, y muchas veces una reducción significativa en su movilidad.

Cuando una adolescente empieza a menstruar cambia su estatus y rol en la comunidad. Este cambio es evidente especialmente en las comunidades rurales indígenas. Una madre de una adolescente indígena en Cerro Azul explicó, ‘Cuando empiezan a menstruar... puede que ya quieran hablar con un hombre... y entonces yo les digo, ya son mujeres y les cuento lo que yo sé de la vida’. Con este cambio biológico, las adolescentes tienen que asumir responsabilidades más de adultos en el hogar y las familiares, en especial las madres y tías de las adolescentes, empiezan a pasarles los conocimientos esenciales, ‘Les enseñamos a hacer el trabajo del hogar. Todo lo que sabe una madre, es lo que les enseñan a las hijas’. Tal como una madre explicó en la Ciudad de Chimaltenango,

*‘Cuando las adolescentes crecen, empiezan a barrer, se les dice que limpien la casa, que laven el Nixtamal, o que vayan al molino. Si tienen hermanas van con ellas para que las eduquen. Ellas hacen las tortillas en la mañana y también en la tarde’.*

Muchas adolescentes que participaron en los talleres, especialmente las de las comunidades rurales y/o indígenas, confirmaron que ellas encuentran la carga del trabajo doméstico fuerte, y que extrañan poder ‘tener tiempo para ellas mismas’ (ver Relato 2). Las adolescentes menores que acaban de empezar a menstruar, pero

<sup>5</sup> Al discutir sus experiencias, ‘un día normal en su vida’ los relatos de los adolescentes se han armado de las actividades que los mismos participantes de los talleres informaron. Los relatos entonces representan a un personaje compuesto en el lugar de un individuo, y reafirma muchas similitudes que los y las adolescentes de diferentes lugares describieron en sus vidas diarias. Para más detalles en el uso de personajes compuestos en investigación cualitativa, ver Narayan (2012) y Angrosino (1998).



que no necesariamente entienden su significado biológico o social, notaron cambios en la forma que sus padres se comportan con ellas y el incremento del trabajo doméstico. Tal como concluye una adolescente de 13 años en Xzetzizi, Chimaltenango, *‘Cuando una es pequeña juega, pero cuando es grande tiene que cuidar a los pequeños. Ahora somos adolescentes, ya no nos tratan como niñas. Ya somos mujeres’*.

### Espacios sociales – ‘arreglarse’ y la movilidad

Mientras la fase temprana de la adolescencia se marca con los cambios biológicos, en la fase tardía, se ve que los adolescentes se vuelven más conscientes y se enfocan en su cambio de lugar y rol en la sociedad. Su atención se dirige más a sus amigos que a su familia, y al *‘mundo exterior’* en el lugar de su hogar.

#### **Relato 2 – Un día en la vida de una adolescente de 11 años en una comunidad rural en Alta Verapaz**

*Normalmente me levanto a las cinco de la mañana. Le ayudo a mi mamá a hacer tortillas para toda la familia antes de irme a la escuela. Voy a la escuela a las 7:30 a.m. y me quedo allí hasta el mediodía.*

*Cuando regreso de la escuela al mediodía, hago las tortillas para el almuerzo. También junto el fuego para cocinar, y cuando terminamos de comer yo soy la que lavo los platos en una pila a la par de mi casa. Después cepillo la casa con una escoba para que esté limpia y bonita.*

*Y si la familia lo necesita, entonces voy a buscar leña allá en la montaña [señala una montaña grande cubierta de vegetación]. Nos tardamos como media hora con mi hermana para subir la montaña. Si no tenemos que ir por leña, tenemos que lavar ropa. No es justo. Los niños ensucian sus pantalones y nosotros tenemos que lavarlos. Cuando no hay agua, tenemos que acarrear agua del chorro comunal. Es aburrido lavar sola... todas mis amigas lavan ropa cerca de sus casas.*

*A veces cuando termino temprano juego fútbol con mis amigas, tenemos un equipo que se llama ‘Brasil’. Nosotras jugamos solo con mujeres y cuando los hombres regresan de trabajar y quieren jugar, nos vamos del campo. Pero no jugamos mucho porque siempre hay algo que hacer en la casa. Si la maestra nos deja tareas, las hago después de almuerzo o en la tarde. No puedo ir a jugar si no he terminado todas mis tareas.*

*Con mi familia cenamos como a las seis. Casi siempre comemos vegetales como hongos con tortillas y chile. Yo ayudo a mi mamá, pero yo no tengo que hacer la comida. Me acuesto como a las ocho o nueve.*

Tal como explicó una líder comunitaria en el área rural de Cerro Azul, Alta Verapaz, *‘Ellas se mueven en sus grupitos de amigas, hablando juntas y viendo televisión juntas’*, en el lugar de estar interesadas en la vida dentro de su casa, como preferirían sus padres.

La identidad propia y su presentación también se vuelve más importante. Una adolescente de 15 años en Cerro Azul, Alta Verapaz explicó, *‘Antes cuando éramos niñas siempre andábamos sucias... [pero ahora] tenemos que cuidarnos, nos tenemos que limpiar, especialmente cuando tenemos nuestra menstruación. Ahora necesitamos tener ropa limpia’*. Los padres en un grupo focal en Cerro Azul, Alta Verapaz coincidieron, *‘Una niña de 14 años puede jugar todavía con muñecas, pero cuando cumple 15 años deja las muñecas y se empieza a arreglar, para verse bonita y presentable’*.

Según como las adolescentes se van ‘arreglando’ más, sus padres confirmaron que se vuelven más atentos al comportamiento de sus hijas. En su taller participativo en Chisec, Alta Verapaz, las adolescentes de 15 a 19 años dijeron, *‘Una deja de ser niña cuando empieza a buscar marido’* y los cuidadores confirmaron que observan los movimientos de las adolescentes en cuanto ellas empiezan a expresar intereses sexuales. Una

madre de Cerro Azul, Alta Verapaz, explicó, *‘Tal vez ya le está hablando a un muchacho de quince o dieciocho años. Si yo la mando a hacer algún mandado, mando a su hermanito para saber qué es lo que ella hace... No quiero que se meta en problemas’*. En este contexto ‘problemas’ significa estar en riesgo de una atención no deseada (ver Relato 3), pero también está relacionado con el riesgo de embarazo adolescente (discutido a continuación).

En reacción al incremento de control que los padres muestran, los y las adolescentes pueden volverse más rebeldes. La madre de un adolescente en Chimaltenango explicó, *‘Nosotros les decimos, no salgás de noche, es peligroso, guardate para una muchacha. Y ellos dicen, ya estás vieja, yo quiero disfrutar con mis amigos, quiero salir. Pero eso es malo’*. Una líder comunitaria en Chisec nos contó que cuando era adolescente sus padres también controlaban sus movimientos como ella controla ahora los de su hija, *‘La táctica de mi madre era con saliva... Ella escupía en el suelo y si la saliva ya estaba seca cuando yo regresaba a la casa, me tocaba ver el chicote... [Continúa hablando de su propia hija], yo no quiero que ella me avergüence en la calle. Verla parada en la calle hablando con un hombre, no sé ni siquiera de qué hablan...’*.

### **Relato 3 – Un día en la vida de una adolescente ladina de 16 años en la Ciudad de Chimaltenango**

*Normalmente me levanto a las siete y preparo el desayuno. Yo como ‘cornflakes’ con leche. Después ayudo a mi mamá a limpiar la mesa y juntas lavamos los platos. Luego me voy a la escuela. Vienen a recogerme [la ONG que ofrece servicios de educación]. Es peligroso caminar en la calle sola, o ir en transporte público... los hombres solo le dicen a uno cosas desagradables... y yo no quiero perder mi adolescencia...*

*Luego tengo clases, ya sea lectura bíblica o matemáticas. Después refaccionamos, tal vez algún pan con huevo o un shuco.*

*Al mediodía regreso a mi casa en bus. Ayudo a preparar el almuerzo y a lavar los platos. De allí, tal vez me voy con mis amigas a ver a los muchachos jugar fútbol o al mercado con mi mamá... En la noche casi siempre veo televisión con mis hermanos y hermanas. Vemos La Rosa de Guadalupe juntos [una telenovela mexicana que miran muchas adolescentes involucradas en la investigación]. Después me voy a acostar...*

### Embarazos en adolescentes y matrimonio

La adolescencia se percibe como un período importante para determinar el futuro de una persona. Los cuidadores dijeron que un ‘error’ durante la adolescencia puede fortalecer el círculo de pobreza que ellos han tratado de romper con mucho esfuerzo. En un grupo focal en la Ciudad de Chimaltenango, los padres y abuelos explicaron, *‘En este tiempo, un adolescente puede hacer cosas locas y perder su adolescencia’*. El miedo más grande en todos los sitios de estudio es que sus hijos o hijas conciban un niño antes de terminar el bachillerato. Como explicó una madre de dos en la Ciudad de Chimaltenango, *‘Yo solo puedo decir que la adolescencia es una etapa muy difícil tanto para los hombres como para las mujeres. Como madres solo podemos orar’*. Al discutir sobre su hija de 15 años, una madre en Chisec, Alta Verapaz, confirmó, *‘Las adolescentes deben cuidarse y guardar su ‘bondad’. No quiero que se deje llevar por las palabras de un hombre, se puede embarazar, y luego perder su adolescencia, yo pienso. Yo siempre le digo a mi hija que tenga cuidado con su juventud’*.

El índice de embarazos en adolescentes en Guatemala es alto, y hay poco uso de anticonceptivos (discutido más abajo). En todos los sitios de estudio, se dejó claro que cuando los o las adolescentes tienen un hijo, se les considera como ‘adultos’ sin importar su edad. Un padre en Chimaltenango explicó, *‘En este tiempo hay muchos niños que se casan... dejan su niñez atrás’*, mientras otro concluyó, *‘No tienen sus cinco sentidos juntos. Es estúpido porque ellos todavía no son capaces de cuidar un hijo’*. Las adolescentes en la Ciudad de



Chimaltenango también enfatizaron los retos de tener un bebé a una edad joven, y concluyeron, *'Todavía es uno una niña'*.

El matrimonio es la única solución socialmente aceptada para el embarazo temprano. Las adolescentes jóvenes (ej. entre 12 y 15 años) quienes conciben se les obliga por sus comunidades a casarse, pero como todavía no son capaces de mantener su propio hogar o familia, regularmente se vuelve responsabilidad de los padres del niño. Esa pareja tan joven ocupa un estado liminal en especial hasta que hayan ahorrado suficiente dinero o materiales para poder construir su propia casa y sean capaces de cultivar o comprar su propia comida. Un padre en Xzetzizi, Chimaltenango explicó,

*Si un adolescente de 13 o 14 años deja embarazada a una adolescente, tiene que llevarla con sus padres y quedarse allí porque él no tiene todavía la responsabilidad de cuidar a una mujer. Se tiene que quedar un tiempo con su padre y luego su padre verá si él ya puede vivir solo.*

Según explicó un participante en Patzún, el embarazo en adolescentes pone a las familias en posiciones precarias.

*Le pasó a mi hermana. Ella conoció a un muchacho, se fue con él y quedó embarazada. El muchacho tuvo que ir con mi papá a pedirle su mano. Mi papá la echó de la casa y se tuvo que ir a vivir con la familia del muchacho. Ahora la familia del muchacho no tiene que pagar la dote que regularmente viene con un matrimonio oficial, y esto todavía es un problema para mi familia.*

Tener que alimentar dos bocas extras (ej. la adolescente y su hijo) tiene un efecto directo en la disponibilidad de alimentos en un hogar, especialmente si los recursos ya eran escasos. Un cuidador en Cerro Azul, Alta Verapaz quien tiene a su nuera viviendo con ella explicó que tener un bebé puede ser una carga para el hogar, *'Cuando el bebé nace hay que cuidarlo. El bebé quiere comer todo el día para poder crecer'*. La madre de un niño adolescente en Chisec, Alta Verapaz dijo que en todo caso la nuera es la que es una carga, *'Cuando son jóvenes no comen tanto y cuando crecen hay que servirles más, porque son más grandes'*.

Algunas de las adolescentes indígenas que participaron en los talleres ya viven con sus esposos. Ellas discutieron su posición liminal como nueras y la responsabilidad de ayudar a sus suegras en las tareas del hogar. Como explicó una adolescente de 18 años en Maraxco, Chiquimula, *'Cuando mi esposo viene de Honduras [donde trabaja con su tío en la construcción], le da el dinero a su madre. Nosotras compramos juntas la comida para todos [en el hogar]. Yo le ayudo a ella en la casa, lavando platos y lavando ropa'*. Las adolescentes mayores (15-19 años) en Cerro Azul, Alta Verapaz explicaron que las responsabilidades del hogar incrementan con el matrimonio, *'Cuando uno tiene marido... es [a veces se siente] mejor estar sola [risas]. El trabajo que él quiere que haga es más fuerte que antes, lavar ropa, preparar comida... Cuando las niñas se casan y empiezan a cuidar a sus hijos es difícil. Pero cuando ya son adolescentes todo es mejor'*.



*Dos collares que lleva puestos una adolescente de 15 años, Xzetzizi, Chimaltenango. El corazón es un regalo de su novio y la cruz de sus padres.*

Guatemala tiene uno de los índices más altos de matrimonio infantil en la región (Girls Not Brides, no citas) y el matrimonio temprano es común en todos los sitios de estudio incluidos en la investigación. Los y las participantes enfatizaron que es porque *'La religión cristiana dicta que no se pueden tener relaciones sexuales fuera o antes del matrimonio'*. Debido a que la edad legal para el matrimonio es 18 años, son comunes los matrimonios *'informales'* entre adolescentes, especialmente en las comunidades indígenas. Un cuidador en Patzún, Chimaltenango, dijo, *'Aquí en la comunidad ya no se casan formalmente, ya solo se van a vivir juntos'*.

En cuanto una adolescente se va a vivir con la familia de un muchacho, la comunidad los considera como adultos casados.

Para *'controlar'* el comportamiento de los y las adolescentes, e impedir que cometan *'errores'* y para alentarlos a crecer y llegar a ser adultos saludables, la cultura guatemalteca (influenciada fuertemente por los valores promovidos por la iglesia cristiana) continúa usando la dicotomía entre el cielo y el infierno. A los y las adolescentes les dicen que las personas que siguen el *'buen camino'* van al cielo, pero los que cometen errores *'van al infierno'*. Tanto para las niñas como para los niños, el *'buen camino'* se interpreta como *'Ir a la escuela y luego conseguir trabajo'*. Una persona debe de casarse y tener hijos solo después de graduarse de la escuela. Si no le ha sido posible asistir a la escuela, entonces una niña *'buena'* se queda en casa (un lugar *'bueno'*) para ayudar a su madre en el trabajo doméstico. Una líder comunitaria en Chisec, Alta Verapaz, explicó, *'Una buena niña da un buen ejemplo a sus hermanos y hermanas. Ellas no buscan problemas y no pueden tener novios a escondidas'*. Un niño *'bueno'* trabaja con su padre para ayudar a ganar dinero para el hogar hasta que es lo suficientemente grande para casarse e *'iniciar su propia vida'*.

Por lo contrario, una niña *'mala'* *'camina con muchachos'* en la calle (un lugar *'malo'*), sale de la casa sin permiso de sus padres, y *'ya no va a la Iglesia'*. Un niño *'malo'* fuma, bebe y pasa tiempo con sus amigos en la calle. Los cuidadores reconocen que tener oportunidades limitadas puede hacer que los muchachos tomen el *'mal camino'*. Así como dijo un padre en la Ciudad de Chimaltenango, *'Aquí casi no hay trabajo y esto puede causar que alguien vaya por el mal camino. Es difícil si no se puede conseguir dinero, y si un muchacho quiere ropa o necesita algo, pero no tiene en dónde conseguirlo, entonces puede tomar el mal camino'*.

El matrimonio se identificó como el marcador principal para la transición de la adolescencia a la adultez en todos los grupos étnicos en todos los sitios de estudio, sin importar si la adolescente está embarazada o no. Los padres en Cerro Azul, Alta Verapaz coincidieron, *'Cuando termina la adolescencia es cuando nos casamos... es cuando uno se convierte en adulto'*. Si una persona no se casa, no necesariamente se le considera como un adulto *'completo'*, sin importar la edad. Los padres en Cerro Azul, Alta Verapaz continuaron, *'Por ejemplo, si yo tuviera treinta años y todavía fuera soltero, entonces no me dirían 'Don', me seguirían diciendo 'joven'. Por eso, si uno no se casa va a seguir siendo ese adolescente'*.

Lingüísticamente, la diferencia entre niños, adolescentes y adultos es notable. En Q'eqchi', *'Saaj'* o *'Saajilpoyanam'* es el término para alguien que es *'todavía joven'* pero que no se ha casado ni *'unido'* (ej. en una relación) todavía. En Kaqchikel, adolescentes (10-14 años) se describen como *'aq'uala'*, un término que denota a una persona que ya no es niño, pero todavía no es *'xten'* o joven (de 14 años o mayor). De los 18 años en adelante, los términos se asocian con el género, y un hombre casado es llamado *'achin'* y una mujer casada *'ixoq'*.



*Unas adolescentes jugando en la calle, Cerro Azul, Alta Verapaz*

Tabla 5: Selección de definiciones y marcadores de adolescencia de los participantes

Sitio	Encuestado	Marcador	Edad del marcador	Ejemplo
Cerro Azul	Niñas 10-14	Trabajo doméstico	Ninguna edad específica	'Cuando uno ya no puede jugar, sino que tiene que ayudar a su mamá'
	Niñas 15-19	Cambios físicos	12-13 años	'Hay cambios físicos, por ejemplo, uno tiene la menstruación y los senos crecen'
		Matrimonio	Ninguna edad específica	'No importa la edad, uno puede ser joven si no se ha casado.'
	Niños 10-14	Capacidad para trabajar	Ninguna edad específica	'Nuestro cuerpo y estado cambia'
	Niños 15-19	Matrimonio	Ninguna edad específica	'Cuando un niño encuentra una esposa se convierte en adulto'
	Madres	Socialización	13-14 años	'Entonces ellas tienen que aprender a hacer las cosas del hogar'.
			15-16 años	'Cuando llegan a esa edad ya tienen que aprender a hacer las tareas del hogar'
	Padres	Cambios físicos	15 años	'Es cuando tienen su menstruación'
Matrimonio		14-18 años	'Dejan de ser adolescentes cuando se casan y se convierten en 'señoras'' O 'cuando quedan embarazadas ya no son unas niñas'.	
Chisec	Líderes com.	Sentimientos románticos	Ninguna edad específica	'Cuando se empiezan a arreglar mejor y salen con sus amigos'
		Socialización	Ninguna edad específica	'Cuando tienen que caminar al molino con sus amigas para hacer el Nixtamal'
	Niñas 15-19	Sentimientos románticos	Ninguna edad específica	'Cuando una niña empieza a ver a los niños y encuentra un marido'
	Niños 10-14	Cambios físicos	Ninguna edad específica	'Nos volvemos más fuertes y nos cambia la voz'
	Niños 15-19	Capacidad para trabajar	Ninguna edad específica	'Cuando un niño deja de jugar y empieza a buscar trabajo'
	Madres	Socialización	Ninguna edad específica	'Cuando una niña empieza a ayudar a su madre en el trabajo doméstico, hacienda las tortillas'
	Padres	Capacidad para trabajar	Ninguna edad específica	'Cuando pueden trabajar'
	Líderes comunitarios	Socialización	10-12 años	'Cuando cumplen diez, doce años ya son adolescentes y aprenden cómo es la vida, cómo tienen que vivir la vida, practican higiene, aprenden las tareas del hogar, todo lo que una madre necesita enseñarles a sus hijas, eso, yo creo que ese es el cambio (risas).'
10-12 años			'Alguien deja de ser niña cuando cumple diez o doce años y aprende cómo debe vivir... aprendiendo sobre el trabajo, todo lo que una mujer debe saber y debe enseñar a sus hijas.'	
Xzetzi	Niñas 10-14	Trabajos domésticos	Ninguna edad específica	'Cuando ya no tenemos tiempo para jugar'
	Niñas 15-19	Independencia financiera	Ninguna edad específica	'Cuando podemos comprar nuestro propio celular.'
	Niños 10-14	Socialización	18 años	'Cuando cumplen dieciocho años y empiezan a trabajar en el campo con otros adultos (entonces son adultos)... Los niños juegan en el campo... los adolescentes van a trabajar'
	Niños 15-19	Capacidad para trabajar	Ninguna edad específica	'Cuando voy a trabajar con mi papa.'
	Madres	Sentimientos románticos	Ninguna edad específica	'Cuando se empiezan a arreglar y vestir diferente.'
	Padres	Independencia financiera	Ninguna edad específica	'Es cuando ellos (los dueños de las tierras) le pagan como un hombre adulto... como un hombre adulto 'normal' que trabaja con un azadón'.
	Líderes com.	Sexualidad emergente	15-18 años	'Cuando quieren tener relaciones sexuales'
Chimaltenango	Niñas 10-14	Sentimientos románticos	Ninguna edad específica	'Cuando empezamos a hablar con niños en Facebook'
	Niñas 15-19	Cambios físicos	12; 13 años	'Hay cambios físicos, por ejemplo, uno tiene la menstruación y los senos crecen'.
	Niños 10-14	Cambios físicos	Ninguna edad específica	'Cuando nos volvemos más altos'
	Niños 15-19	Adulthood	Ninguna edad específica	'Cuando encontramos una esposa'
	Madres	Cambios de comportamiento	12-18 años	'Cuando ya están más despiertos y con una mente diferente... y lo celebran enfrente de los niños.'
	Padres	Capacidad mental	14-18 años	'A los dieciocho años empiezan a convertirse en personas reales en sus mentes. Los adolescentes cometen muchos errores y no son capaces de ser adultos todavía'
	Líderes comunitarios	Capacidad para trabajar	Ninguna edad específica	'Cuando pueden ayudar a sus padres, sus padres piensan que son adolescentes'

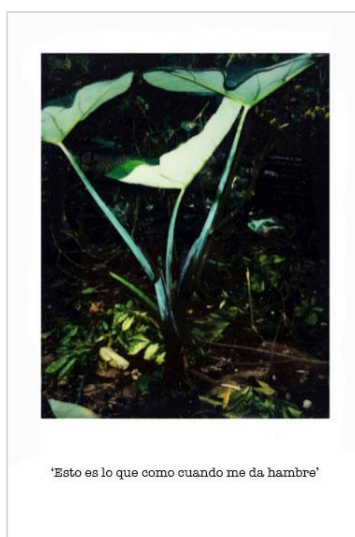
## 2. Alimentación y nutrición

Este capítulo se estructuró alrededor de tres secciones: tendencias del consumo de alimentos incluyendo preferencias y anhelos, y la tendencia en crecimiento de consumo de comida rápida; dietas habituales en cada sitio de estudio y la distribución del alimento en el hogar; y la percepción de alimentos saludables y no saludables, así como los sistemas de clasificación de alimentos.

### Tendencias de consumo de alimentos

Los y las adolescentes describieron que tienen una dieta monótona, con frecuencia comen lo mismo varias veces a la semana, o en algunos casos, todos los días (ver Tablas 6 y 7 a continuación). En todos los lugares confirmaron que comen productos a base de maíz varias veces al día, todos los días. El maíz es el alimento básico en Guatemala, que lo comen todos los sectores de la población en la mayoría de las comidas, preferiblemente en forma de tortillas de maíz. Para las comunidades indígenas, el maíz tiene un rol protagónico, no solamente como parte de su dieta diaria, sino también como fuente importante de sustento para muchos productores a pequeña escala (PMA, en publicación) y tiene un gran significado cultural<sup>6</sup>. Como dijo una abuela en la Ciudad de Chimaltenango, *'No se nos puede olvidar la tortilla, no... cuando no hay sentimos que no comimos...'*. El consumo de maíz es tan común en la cultura guatemalteca, que los participantes no siempre lo identificaron como parte integral de su dieta diaria sino hasta después de varias preguntas.

Un número de encuestados, especialmente aquellos que se identificaron a ellos mismos como ladinos no indígenas, explicaron que ellos prefieren pan en el lugar de tortilla (se discute a continuación). Sin embargo, en todos los sitios de estudio, los y las adolescentes y sus cuidadores informaron que complementan las tortillas con huevos y frijoles, una comida común en Guatemala. Tal como explicó un participante en la Ciudad de Chimaltenango, *'Aquí dependemos de los frijoles, dependemos más de lo que nos damos cuenta'*.



Fotografías tomadas por las adolescentes durante sus actividades de fotocaminata en Chisec y Cerro Azul, Alta Verapaz.

<sup>6</sup> Como se manifiesta en el *Popol Vuh* (un manuscrito maya que data del siglo dieciséis escrito por los grupos étnicos Q'eqchi' pero adoptado por muchos otros grupos indígenas en el país) los dioses crearon al hombre del maíz *'nuestra madre el maíz'* (Bassie-Sweet 2000). Los mayas creen que el dios creador hizo a los primeros hombres de los granos de maíz blanco que se encontraban escondidos dentro de una gran montaña al Este bajo una roca inamovible. Para poder tener acceso a estos granos de maíz, el dios de la lluvia partió la roca utilizando un rayo en forma de hacha. Este acto quemó parte del maíz, creando los otros tres colores de los granos de maíz: amarillo, negro y rojo. El dios creador tomó algunos de los granos de maíz liberados, los molió e hizo masa de maíz, y la utilizó para modelar a los primeros hombres. Este acto importante conectó de forma permanente a los hombres con el maíz.



Tabla 6: Lo que los y las adolescentes participantes identificaron como parte de su dieta regular.

		Chisec (periurbano)	Cerro Azul (rural)	Chimaltenango (urbano)	Xzetzi (rural)
<b>Consumido diariamente</b>	Tortilla	✓	✓	✓	✓
	Huevos	✓		✓	
	Gaseosas	✓		✓	
	Café	✓		✓	✓
	Frijoles	✓		✓	✓
	Frutas		✓		✓
	Vegetales		✓		✓
	Gaseosas	✓		✓	
	Chile	✓	✓		
	<i>AtoI</i>				✓
<b>Consumido semanalmente</b>	Salchichas			✓	
	Espaguetis			✓	
	Vegetales	✓	✓	✓	✓
	'Chow Mein' (fideos)	✓	✓	✓	✓
	Hierbas	✓	✓		✓
	Gaseosas		✓		✓
	'Caldo'	✓	✓		✓
	Sopa ( <i>Laky; instantánea</i> )	✓	✓	✓	✓
	Frutas	✓			
	Pollo	✓		✓	
	Queso			✓	✓
<b>Consumido porque sabe rico</b>	'Tortix'	✓	✓	✓	✓
	Choco frutas	✓			
	Pizza			✓	
	Pollo frito	✓	✓	✓	✓
	Helado			✓	
	Dulces	✓	✓	✓	✓
	Gaseosas	✓		✓	✓
	Frutas	✓	✓		✓
<b>Consumido esporádicamente</b>	Carne – pollo, cerdo, pato, res	✓	✓		✓
	Tomates			✓	✓
	Pizza			✓	
	Pollo Frito	✓		✓	✓
	Frutas – sandía, piña			✓	
	Cebollas				
	Salchichas	✓	✓		✓
<b>Alimentos que comerían si tuvieran dinero</b>	Pollo Frito ( <i>'Pollo Campero'</i> )	✓	✓	✓	✓
	Tamales	✓	✓		✓
	Tuyuyos		✓		
	Cacao		✓		
	Cerveza		✓	✓	
	Carne	✓	✓		✓
	Comida de restaurantes de comida rápida	✓	✓	✓	✓

La tabla se realizó en base a las descripciones de las adolescentes de sus dietas diarias. Es representativa de las dietas durante la temporada de lluvia, cuando el trabajo de campo se llevó a cabo. Las participantes confirmaron que tienen una dieta más variada en la temporada de lluvia que en la temporada seca. Con pocas excepciones, las adolescentes de los sitios de estudio pudieron hacer una lista de los alimentos que consumen regularmente con el mismo nivel de especificación que sus cuidadores.



Las diferencias en los patrones de consumo de alimentos entre las áreas urbanas y rurales y en los diferentes grupos de la población se deben a una combinación de accesibilidad, disponibilidad, preferencia y normas sociales (discutidas a continuación). Los y las adolescentes en las áreas rurales también reportaron que usualmente comen frutas y vegetales de la tierra para almorzar, la comida más importante del día. En contraste, los y las adolescentes de las áreas urbanas pudieron solamente nombrar dos o tres frutas o vegetales (usualmente bananos, sandías, tomates o cebollas) que comen varias veces a la semana, pero no todos los días. Los y las adolescentes urbanas reportaron más frecuentemente que comen carne (res, pollo y carne procesada como salchichas) en el almuerzo que sus contrapartes rurales, quienes rara vez consumen carne (pollo, pato, res y cerdo).

Hay más productos naturales y frescos disponibles en las áreas rurales, mientras que, en las áreas urbanas, comidas preparadas y producidas a bajo costo están ampliamente disponibles en tiendas, carretas de comida (ventas callejeras) y supermercados (pequeños), y son relativamente accesibles hasta para los hogares más pobres. El consumo de comida procesada, regularmente importada (sopas instantáneas de vaso, comida enlatada como sardinas y frijoles) fue reportado por los y las adolescentes más pobres en ambas áreas rural y urbana. Los y las adolescentes de los sitios de estudio indicaron que ellos comen sopas instantáneas de vaso (localmente llamadas 'sopa *laky*'), fideos o comida enlatada por lo menos una vez a la semana, pero más frecuentemente cuando los recursos económicos son escasos o la cosecha ha sido mala.



La dueña de la tienda vendiendo una Big Cola a una cliente. Xetzizi, Chimaltenango

En áreas urbanas reportaron que comen más 'comida rápida' dado a la limitada disponibilidad de comida 'natural'. La comida rápida que venden en los comedores (pequeños restaurantes informales) regularmente es más cara que preparar su comida en casa, pero aun así relativamente accesible. Una madre de tres en la Ciudad de Chimaltenango comentó, '*La triste realidad es que los y las adolescentes van juntos [a los restaurantes de comida rápida] a hacer sus trabajos de grupo de la escuela, comiendo sus pizzas con un litro de Pepsi... [Mi hija], toma y toma su Pepsi, algunas veces está bien, pero... ¿ocho vasos todos los días?*'



Muchachos cargando Supercola para transportarla a los pueblos alrededor de Chisec, Alta Verapaz

También se observó un alto consumo de gaseosas en los sitios de estudio. Casi todos los y las adolescentes indicaron que toman Super Cola, Sprite u otras gaseosas por lo menos tres veces por semana si no diario. Regularmente, los padres compran botellas grandes ('yumbos') de 3.30 litros para compartirlas con los miembros de la familia en el desayuno, almuerzo y cena. Los y las adolescentes de origen económico más pobre no siempre tienen el dinero para pagar dichas bebidas, pero anhelan comprarlas y muchas veces consumen gaseosas en ocasiones especiales como bodas, graduaciones y cumpleaños.

El consumo de gaseosas está entrelazado con prácticas culturales. Por ejemplo, en Xetzizi, existen palabras para Super Cola y otras gaseosas en su idioma local; el consumo está incluido en el asesoramiento de salud de las comadronas tradicionales; y las gaseosas se consumen en las celebraciones religiosas de los mayas Kaqchikel. Esto hallazgos se alinean con otra investigación reciente (ver por ejemplo, el estudio etnográfico del uso de las gaseosas por los mayas Tz'utujil en el Lago Atitlán, Nagata et al. 2011).<sup>7</sup>

<sup>7</sup> Nagata et al. (2011) observó que la Coca-Cola se ha integrado de una forma única a todos los aspectos de la vida Atiteca, incluyendo la cocina, idioma, eventos especiales, celebraciones, funerales. Por ejemplo, en Santiago Atitlán, la Coca y Pepsi cuesta menos que el agua embotellada si se compra en botellas de vidrio retornables (354 ml). En la dieta de los maya Tz'utujil la Coca-Cola se ha vuelto tan común que es sinónimo con la palabra para agua. Sin embargo, más positivamente, la Coca-Cola puede haber



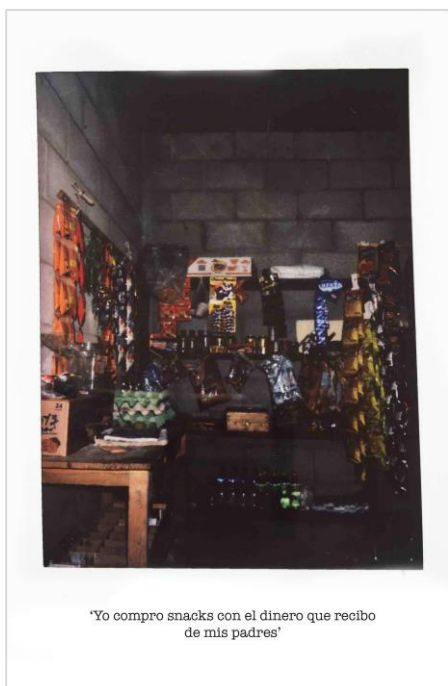
El consumo de alimentos no sanos, grasos y con alto contenido de azúcar es particularmente común en las comunidades urbanas y, en crecimiento, en las áreas rurales pobres. Guatemala cuenta con una fuerte industria de procesamiento de alimentos que, a través de un efectivo mercadeo y distribución, ha logrado que la comida chatarra se encuentre con *'solo desearla'* (Nagata 2010). Hasta en comunidades remotas como Cerro Azul, Alta Verapaz, están disponibles los alimentos procesados tales como sopas instantáneas de vaso, frituras en bolsitas (snacks), gaseosas y dulces. En Chisec, Alta Verapaz, se informó que las empresas grandes de alimentos tales como Tortrix y Lacky utilizan la radio comunitaria para promover sus productos, organizan desfiles y distribuyen dulces durante las actividades promocionales. Los empaques también son diseñados para que sean atractivos para la gente joven, y como dijo un vendedor de una distribuidora de alimentos para los pueblos cerca de Chisec, *'Los colores les atraen'*. Los productores de gaseosas también incentivan a las tiendas tanto de las áreas urbanas como de las rurales a vender y mantener sus productos al darles descuentos dependiendo de las ventas. Sin embargo, las empresas no necesitan ofrecer descuentos a los consumidores, ya que el precio es bajo y las ventas altas. Por ejemplo, en el momento de la recolección de datos, seis botellas *'yumbo'* de Super Cola (3.30 litros cada una), cuesta 5 quetzales (alrededor de 0.68 USD).



*Comida chatarra a la venta en una tienda pequeña, Chisec, Alta Verapaz*

Cuidadores involucrados en los sitios de estudio expresaron su preocupación sobre la disponibilidad de tanta comida *'mala'* cerca de las escuelas. Esto es consistente con los hallazgos de Chacon et al. (2015) quien concluyó que *'anuncios orientados para niños se encuentran disponibles en casi todas las tiendas a*

*corta distancia de las escuelas, exponiéndolos a un entorno generador de obesidad'*. De acuerdo con Pehlke et al. (2016) las *'casetas'* dentro de las escuelas son una fuente importante de alimentos para los niños y niñas urbanos de nivel primario, ya que el 75% de los estudiantes compran comida de ellas diariamente. Los cuidadores no siempre les dan dinero para comprar refacción a los adolescentes más jóvenes quienes reciben almuerzo por medio de los programas de alimentación de las escuelas.<sup>8</sup> En su lugar, se ve que refaccionar es un problema que enfrentan los adolescentes mayores, tanto los que se encuentran en la escuela como los que la han dejado. Una madre en Chimaltenango dijo que debido a que los y las adolescentes no se pueden *'Contener ellos mismos... Compran solo comida chatarra... toda esa comida chatarra que hace daño'*. Otros cuidadores asociaron la compra de comida chatarra como un símbolo de creciente independencia. Otra madre explicó, *'En la escuela primaria... ellos llevan su comida... pero los y las adolescentes, ya no, no les gusta llevar su propia refacción... a ellos les gusta comprarla'*, y otra madre dijo, *'Por la edad que tienen, no llevan ninguna fruta, papaya, manzana, naranja o pan con frijoles. Yo tengo una hija grande y ahora ya no quiere llevar su comida, ella solo quiere llevar dinero [para comprar comida chatarra de las tiendas o casetas]'*.



*'Yo compro snacks con el dinero que recibo de mis padres'*

*Fotografía tomada por una adolescente de 16 años. Xzetzizi, Chimaltenango*

contribuido a la economía local y Nagata et al. argumenta que puede haber contribuido al fortalecimiento de la identidad Tz'utujil. También se ha notado que tomar gaseosas tiene un mejor efecto que el consumo de etanol, entonces el consumo de gaseosas tiene el potencial de reducir la prevalencia del alcoholismo.

<sup>8</sup> El Ministerio de Educación de Guatemala, proporciona alimentación escolar gratuitos en las escuelas a los niños y niñas de nivel primario. Los y las adolescentes menores informaron que comen huevos, pan, atol (bebida caliente a base de maíz), mosh (bebida caliente a base de avena), Incaparina (bebida alta en proteína) y frijoles con salchichas en los almuerzos.

Los y las adolescentes confirmaron que gastan su dinero en comida que normalmente no comerían en casa especialmente comida chatarra incluyendo dulces, frituras y otras con altos contenidos de sal (*'tortrix'*). Durante sus talleres participativos, tomaron fotografías de los lugares a los que les gusta ir y la comida que les gusta comer. Ellos discutieron el sentido de independencia que sienten cuando compran esa comida, y algunos lo identificaron como una oportunidad de tomar decisiones libres de las restricciones de quienes los cuidan u otras personas influyentes. Ellos indicaron que compran esa comida chatarra (snacks) por el sabor (*'es que son ricas'*); la percepción de los alimentos (*'nos da energía'*); y el consumo asociado con la presión de grupo y aceptación social (*'todos las compramos'*). En las áreas rurales que no tienen una estufa o refrigerador en casa también reportaron que compran comida chatarra porque son convenientes (*'uno no la tiene que preparar'*).

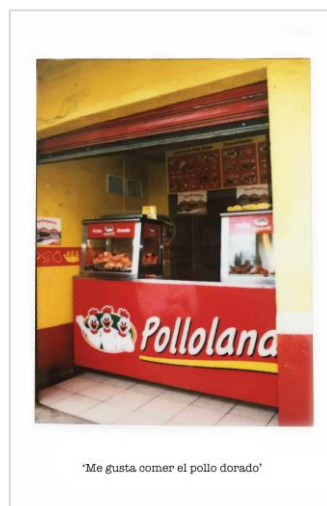
De acuerdo con la Gremial de Restaurantes de Guatemala (GREGUA), la cantidad de restaurantes se ha incrementado en un 10% en la década del 2014 (GAIN 2016). Muchos adolescentes en las áreas urbanas indicaron su preferencia por comer en restaurantes de comida rápida como 'Pollo Campero' (una cadena guatemalteca que se especializa en pollo frito), 'Pollolandia' (una cadena centroamericana con más de 2000 restaurantes en la región) y 'Telepizza' (una cadena de restaurantes de pizza asociada con Pollo Campero, que vende porciones de pizza barata a un lado de los populares restaurantes de pollo frito). Además de vender comida a un precio accesible, la proximidad de los restaurantes a las áreas residenciales y los servicios de entrega a domicilio han incrementado su popularidad, especialmente en áreas como la Ciudad de Chimaltenango, donde prevalece la movilidad limitada de los y las adolescentes debido a la violencia de las maras (discutido a continuación).

Los y las adolescentes que no comen comida rápida, ya sea porque no pueden pagarla o no tienen acceso a ella, manifestaron su anhelo de hacerlo. En Guatemala, poder comer comida rápida se percibe como una señal que la familia tiene un nivel de clase media o alta. Por ejemplo, los y las adolescentes de los talleres participativos en las áreas rurales 'sueñan' con comer pollo frito en restaurantes de comida rápida. Un adolescente en un taller de 10-14 años en Cerro Azul, Alta Verapaz, hizo ver el sentimiento del grupo cuando concluyó, *'En 10 años, solo voy a comer pollo de Pollolandia'*. De igual manera, las adolescentes en Cerro Azul, Alta Verapaz, describieron que de adultas van a tomar café, Super y cerveza Brahva y a comer en restaurantes de cadenas de comida rápida. Un estudio reciente por Millward Brow (2015) concluyó que el 76% de los guatemaltecos 'prefieren' comer en restaurantes de comida rápida y los tipos de comida rápida más populares que se reportaron fueron hamburguesas, pizzas, tacos y pollo frito (GAIN 2016).

En Guatemala, poder comer comida rápida es una señal que la familia tiene un nivel de clase media o alta. Muchos de los adolescentes que viven en las áreas rurales confirmaron que ellos nunca han comido en esos restaurantes porque *'La gente pobre no tiene dinero para este tipo de comida'*, pero admitieron que tienen envidia de las personas que lo hacen. Al discutir sobre el restaurante Pollo Campero en Chisec, Alta Verapaz, los adolescentes en uno de los talleres acordaron, *'Cuando uno mira a las personas allí, uno dice que tienen dinero, porque si uno es rico, uno solo come cosas ricas'*. Los cuidadores hablaron de manera similar sobre sus anhelos, y tal como concluyó una madre, *'Nosotros no comemos allí porque es muy caro, pero si tuviéramos dinero tal vez podríamos hacerlo [risas]. Me encantaría probarlo, debe de ser tan rico'*.



Una adolescente de 16 años que participó en la actividad de fotocaminata y la fotografía que tomó de un restaurante pequeño de comida rápida donde le gustaría comer, Chisec, Alta Verapaz.



Los y las adolescentes enfatizaron que, en términos de sus opciones de alimentos, tener energía rápido es su prioridad para asegurarse de poder cumplir con su carga de trabajo diaria. Muchos confirmaron su preferencia por alimentos 'rápidos', 'que dan energía', 'a la moda' y 'que llenan'. Ellos escogen alimentos que les da energía inmediatamente y está relacionado con su identidad social deseada.

### Responsabilidades y distribución de los alimentos en el hogar



Dibujo por una adolescente de 13 años, se dibujó ayudando a su mamá a preparar la comida, Cerro Azul, Alta Verapaz

Todos los y las adolescentes participantes reflejaron roles de género en términos de suministro, preparación y distribución de los alimentos. Aunque los hombres generalmente son los responsables en la generación de ingresos, las mujeres también ganan dinero si es necesario. Como explicó una cuidadora de Cerro Azul, Alta Verapaz, 'Si los hombres del hogar no tienen trabajo, las mujeres también necesitan ayudarlos a conseguir recursos para poder darles de comer a los niños. Eso es lo que yo hago cuando mi esposo no tiene dinero, allí es cuando yo busco trabajo para darles de comer a mis hijos'. Aunque los fondos del hogar son compartidos, siempre son las mujeres y niñas las que compran y preparan la comida, y se espera que las niñas ayuden a sus madres desde la adolescencia temprana (ver dibujos).

Durante un taller participativo en Chisec, Alta Verapaz, una adolescente de 17 años describió que las adolescentes en su hogar se levantan a las seis de la mañana todos los días para ayudar a juntar el fuego para hacer café. Luego van al molino para hacer masa y preparar tortillas (las familias deben pagar para usar el molino para poder preparar su maíz), y hacer el desayuno para la familia. Una adolescente de 14 años de la misma comunidad coincidió con esos deberes diarios, 'Primero el molino, después el desayuno. Luego lavamos los platos del desayuno, y después vamos a buscar comida para el almuerzo'. Una madre en Chisec, Alta Verapaz, concluyó, 'Como las mujeres somos las encargadas de la cocina, nosotros mandamos en todo lo de la comida'. Dichos roles de género también se reflejaron en los adolescentes. Un adolescente de 14 años explicó durante un taller en Chisec, Alta Verapaz, 'Cuando sea grande, voy a buscar una esposa, y le voy a decir que me haga la comida... Y si no sabe cocinar, va a tener que aprender'.

En los sitios de estudio, pero sobre todo en las áreas rurales, los hombres y los adolescentes reciben porciones más grandes y 'mejores' de comida 'para que tengan fuerzas', incluyendo comida 'especial' a la que no tienen acceso las adolescentes. Al describir su dibujo (abajo), una adolescente indígena Q'eqchi' en Cerro Azul, Alta Verapaz, explicó que cuando ella y su madre ya prepararon las tortillas, ellas les sirven primero a los hombres, y después comen ellas. Al discutir un escenario similar, una adolescente de 11 años de Xetzizi, Chimaltenango, explicó que los hombres comen primero 'Para que tengan fuerzas para cargar cosas grandes en sus espaldas'. También cuando las adolescentes están embarazadas o lactando, comen de segundo y reciben porciones más pequeñas de alimentos menos nutritivos, ya que les dan, por ejemplo, más tortillas, vegetales y Coca Cola en lugar de carne la cual, si hay, es usualmente para los adolescentes. Las adolescentes embarazadas también tienen restringida la comida (discutido a continuación).

Los adolescentes informaron que para tener más fuerzas consumen más alimentos, pero para complementar esto lo hacen con más alimentos (si los pueden comprar) incluyendo café, azúcar, gaseosas, alcohol y bebidas energizantes. En las áreas rurales, los adolescentes que trabajan la tierra desde una edad temprana confirmaron que compran bebidas para que les de energía, como 'Raptor', una bebida con alto contenido de azúcar. El alcohol también se percibe como una bebida para hombres y adolescentes, para relajarse después de un día largo de trabajo en el campo. Las adolescentes dijeron que no es justo que los adolescentes reciban porciones más grandes de mejor comida ya que las adolescentes también tienen que hacer trabajo pesado, aunque sea doméstico. En un taller participativo en Xetzizi, Chimaltenango, una adolescente de 11 años describió cómo ella regularmente tiene que caminar dos horas en terreno



montañoso y difícil para conseguir leña para la casa, y comentó *'Si nosotras no comemos mucho, tampoco tenemos fuerza para [cargar los atados de leña] también nos sentimos débiles'*.

### Clasificación de los alimentos

Los y las participantes del estudio utilizaron varios mecanismos para clasificar los tipos de alimentos y los efectos que estos tienen en la salud. En todos los sitios de estudio y sin importar la etnia, los y las adolescentes y adultos participantes distinguieron entre alimentos *'buenos'* y *'malos'*. A los alimentos de la *'tierra'* se les considera *'naturales'*, y por ello buenos para la salud. Los alimentos comprados en las tiendas y los que no preparan *'las mamás en casa'* no son considerados *'naturales'* por lo tanto, no son saludables. Usualmente se considera que los alimentos de las tiendas y restaurantes de comida rápida son *'químicos'* pero aún así son atractivos para los y las adolescentes ya que se encuentra ligado al estatus social. Varios productos alimenticios se clasificaron como *'comida química'*, incluyendo las bebidas energizantes, el pollo frito que no se prepara en casa, el pollo congelado que venden en las tiendas, toda la comida enlatada, y de especial importancia para los y las adolescentes, la comida chatarra (snacks) que venden con empaques muy coloridos, las bebidas gaseosas y los dulces.

Los participantes indígenas también hicieron una distinción entre grupos de alimentos *'calientes'* y *'fríos'* cuando describieron las prácticas recomendadas de consumo de alimentos. Por ejemplo, en Xzetzizi, Chimaltenango, donde la mayoría de los y las participantes se identificaron a ellos mismos como indígenas Kaqchikel, los alimentos fueron clasificados como *'comida caliente'* y *'comida fría'*. Creen que el exceso de comida fría es malo para la salud porque se cree que los alimentos con cualidades intrínsecamente frías se deben calentar *'para el estómago'* antes de ingerirlos para que tengan un efecto positivo (Manderson, 1987; Walter y Hawkins, 2007). La comida caliente es Buena porque *'calientan'* el cuerpo, pero se consideran riesgosas si ya se percibe que un individuo es *'caliente'*, por ejemplo, mujeres embarazadas, mujeres menstruando, personas enojadas o borrachas (Wilson 1964). Lo ideal es mantener un balance perfecto entre los estados caliente y frío (Walter y Hawkins 2007). La clasificación de alimentos actúa como un mecanismo de protección para mujeres embarazadas y lactando, como explicó una comadrona tradicional en Chimaltenango, *'[Si ellas comen comida fría], entonces su leche se va a enfriar. Cuando la leche fría de la madre llega al estómago del bebé entonces es cuando lloran y se infecta. Lloran y vomitan toda la noche'*.

La categorización de frío / caliente también la utilizaron para clasificar *'nuevos'* tipos de comida *'química'*, tales como el pollo congelado de las sopas instantáneas de vaso (clasificadas como *comida fría* aún ya cocinadas). Aunque perciben que *'comer químicos'* es *'malo'*, muchos concluyeron que esa comida / gaseosas saben *'rico'*, y que por eso es *'difícil para ellos no comerlo'*.



*'Esta es mi mamá haciendo chile. Mi papá come primero y mi mamá y yo comemos cuando terminamos de hacer las tortillas'. Dibujo por una adolescente de 14 años. Cerro Azul. Alta Verapaz.*

### 3. Factores que afectan la nutrición de los y las adolescentes

Guatemala tiene altos índices de desigualdad y uno de los índices más elevados de pobreza en América Latina. Las personas participantes en el estudio señalaron la pobreza como una barrera clave para que los y las adolescentes tengan una dieta saludable y nutritiva. Contra este trasfondo se identificaron seis temas interrelacionados para determinar el acceso que tienen los y las adolescentes a alimento adecuado y saludable: agricultura, propiedad de tierras y cambio climático; generación de ingresos; migración económica; acceso a la educación; violencia y abuso de drogas y alcohol; salud sexual y reproductiva.

#### Agricultura, propiedad de tierras y cambio climático

La mayoría de los y las adolescentes que participaron en el estudio vienen de hogares involucrados en pequeña escala a la agricultura de subsistencia o a fincas comerciales. La propiedad de tierras se identificó como una causa clave de la dificultad económica de las familias rurales y urbanas, indígenas y no indígenas, que exponen a las comunidades a golpes y preocupaciones. No poseer tierra significa que tienen que ya sea rentar tierra o vender su mano de obra para cultivar las fincas de otros, y muchos son forzados a buscar oportunidades de subsistencia fuera del sector de la agricultura para complementar el dinero que ganan como agricultores. En Guatemala, la distribución de la tierra permanece altamente desigual. Según USAID, el 2.5% las fincas más grandes ocupan cerca del 60% de la tierra para agricultura. Los derechos de la tierra son fuente de problemas de tensión y exclusión social constantes entre los dueños de tierra ladinos elitistas y comunidades indígenas que creen que tienen el derecho de poseer la tierra en que sus ancestros nacieron y cultivaron. La propiedad de tierras tiene carga política y por eso, Guatemala todavía no tiene leyes básicas de tierra y mucha de la tierra todavía se tiene que mapear (USAID 2016). Se están haciendo esfuerzos para proporcionar títulos de propiedad a los dueños de las tierras (USAID 2016, Banco Mundial, 2016).

La inseguridad de la propiedad de tierras es un riesgo particular para los guatemaltecos indígenas. Por ejemplo, tanto en el área urbana como en la rural de Alta Verapaz, los y las participantes confirmaron que no tienen acceso a sus propias tierras, habiéndolas tenido que vender en tiempos de dificultad económica. Los agricultores que rentan tierra también se encuentran en una posición precaria. Solo pueden rentar

pequeñas parcelas, usualmente para cultivar maíz y frijol para consumo, sin excedente de cultivo para venderlo y tener ganancias. Como explicó un participante en Xzetzizi, Chimaltenango, *'Igual perdemos. Porque pagamos por adelantado por la tierra, antes de poder ver cómo va a estar la cosecha'*.

En Xzetzizi, Chimaltenango un agricultor puede pagar 500 quetzales (aproximadamente 68 USD) para rentar tierra como un individuo, pero como un representante de COCODE confirmó, *'Ellos [los agricultores] no siembran mucho porque el área no da muy buena cosecha. Solo les da entre 20 y 25 libras de brócoli así que no salen cabales'*. Como alternativa, los agricultores pueden pagar 300 quetzales (aproximadamente 41 USD) para rentar de una finca grande, finca comercial, esto proporciona una forma de trabajo en conjunto para los agricultores. La empresa paga por las semillas y fertilizante, y al agricultor le dan un porcentaje de la ganancia de la cosecha.

Las esposas de los agricultores en Xzetzizi, Chimaltenango, se quejaron de que si ellas quieren comer brócoli del que crece en sus *'jardines'*, tienen que viajar por lo menos una hora al mercado de Patzún para comprar el vegetal. El costo beneficio de hacerlo es regularmente inadecuado dado



'Ellos van a vender su brócoli al mercado'

Fotografía tomada por una adolescente de 18 años, Xzetzizi, Chimaltenango

al precio de los vegetales en el mercado y el gasto que tienen las mujeres para viajar de ida y vuelta al mercado.

Hasta cierto punto, los jornaleros están más protegidos contra una mala cosecha que los agricultores que rentan tierra, pues, como dijo un anciano agricultor en Xzetzi, Chimaltenango, *'Si la cosecha no se da, es mejor trabajar como 'jornalero' y de esa manera sembrar semillas para el futuro'*. Aún así, los jornaleros tienen poca seguridad. Si la cosecha no fue muy buena, hubo menos oportunidad de trabajo, y varios se quedaron sin un medio de ingresos. Como una alternativa a la agricultura, algunas familias participantes en Chiquimula invirtieron en ganado. El siguiente relato entre una adolescente de 17 años y su madre en Maraxco es representativa.

**Madre:** *Tenemos que comprar la comida, unos frijoles, unos huevos porque no tenemos comida en la tierra. No tenemos dinero. Cuando no llueve, no hay milpa.*

**Niña:** *A veces no hay comida. Eso me pone triste. La última vez que no hubo comida fue el invierno pasado. Tuvimos que vender nuestros cerdos.*

**Madre:** *Cuando vendemos nuestros cerdos, tenemos compradores de la ciudad. Ellos saben dónde encontrarnos...*

**Niña:** *El peor momento fue cuando mi papa tuvo un accidente [dejándolo sin poder trabajar por varios meses], y ya no había nada más.*

**Madre:** *No tuvimos cosecha, ni lluvia, ni maíz, ni animales por tanto tiempo. El año pasado fue malo. No había nada que comer... Tuvimos que buscar leña, para vendérsela a la gente.*

En todos los sitios de investigación, son evidentes los efectos de las vulnerabilidades relacionadas con el clima, pero especialmente en las comunidades más rurales en las que la subsistencia depende de la tierra y son limitadas o inexistentes las alternativas de actividades generadoras de ingresos. Tanto en Alta Verapaz como en Chimaltenango, los y las participantes atribuyeron las malas cosechas (de maíz, cardamomo, café, brócoli y arvejas) a los patrones de clima cambiantes relacionados con el cambio de clima. Al comparar las cosechas recientes con las de hace unos diez años, los y las adolescentes mayores y sus cuidadores en Alta Verapaz recordaron que las cosechas eran mejores cuando eran más jóvenes, y que los alimentos eran suficientes. Una madre en Cerro Azul, Alta Verapaz, concluyó, *'Por los últimos cinco años ha estado mucho más caliente que antes, el sol es más brillante y quema la milpa'*. De manera similar, en Xzetzi, Chimaltenango, los adolescentes mayores explicaron en sus talleres, *'Nosotros sembramos frijoles para el próximo noviembre, pero cuando sembramos los cultivos cae la nieve, y cuando estamos listos para cosechar, los cultivos se queman. Los cultivos se queman porque no tienen agua. Este año, la cosecha de frijol fue muy pobre'*.

Las cosechas pobres impactan directamente la seguridad alimentaria de las comunidades. Un agricultor adulto en Xzetzi, Chimaltenango, dijo, *'El año pasado la cosecha no nos dio nada de lo que sembramos. Y no tuvimos trabajo. Ahora, por la lluvia, el frijol y el brócoli están podridos'*. El acceso directo a los productos cultivados es difícil si la cosecha es pobre y las oportunidades de trabajo son limitadas. Como resultado, los hogares tienen menos dinero, pero los precios de los alimentos se han incrementado. La madre de una adolescente de 14 años que participó en el estudio en Chisec, Alta Verapaz, explicó, *'Ahora que no ha habido agua para la cosecha, todo está más caro. Por ejemplo, los tomates están caros ahorita. Cuestan 3 quetzales la libra [0.40 USD]. Si uno no gana esos quetzales, no come'*. Con menos oportunidades de cosechar productos frescos, los y las adolescentes confirmaron que muchas veces recurren a comprar comida barata, no saludable y procesada como cosas enlatadas y sopas instantáneas de vaso. Esa escasez e inseguridad alimentaria es común en todas las comunidades rurales. Una adolescente de 10 años en Cerro Azul, Alta Verapaz, explicó, *'A veces no hay comida... solo bebemos agua o café'*,



*'Esto [sardinas] es lo que tengo que comprar cuando no hay alimentos de la tierra'*

*Fotografía tomada por una adolescente de 15 años, Cerro Azul, Alta Verapaz*

mientras otra adolescente de 12 años confirmó, *‘Normalmente comemos chile, pinol, nuestras tortillas, y agua caliente... pero hay días que hay comida y otros que no’*. Una cuidadora en el mismo sitio de estudio confirmó, *‘A veces no hay nada que comer porque no hay trabajo y no hay tierras. Algunas veces no hay que comer, pero uno tiene que cuidar a sus hijos, ya sea que solo haya un poco de chile y tortilla’*.

La escasez de agua no solo afecta la cosecha, también aumenta la carga de cocinar y mantener el hogar. Esto lo discutieron más las adolescentes y mujeres indígenas en las áreas rurales. Ellas informaron que tienen que caminar distancias más largas para encontrar leña y una fuente de agua. Una mujer mayor en Cerro Azul, Alta Verapaz, recordó, *‘Hace diez años no era así, eso que ahora no tenemos leña o agua. Los nacimientos de agua se han secado y ahora tenemos que comprar leña’*. Una cuidadora coincidió,

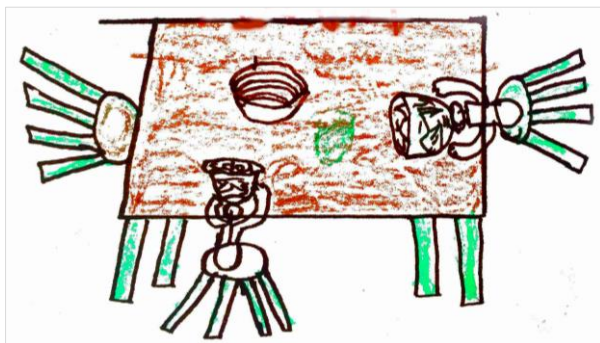
*‘El agua que viene de los pozos comunales es el agua que bebemos. Pero el agua que viene del aire [lluvia] es la que usamos para lavar la ropa. Cuando no hay suficiente agua tenemos que ir a los nacimientos de agua. Nos tardamos dos horas para caminar hasta allí. Pero tenemos que ir cada vez más’*.

## Generación de ingresos

Los y las adolescentes en los sitios de estudio confirmaron que ellos a veces tienen que ayudar en sus hogares encontrando trabajo (informal). Durante el tiempo de escasez, los y las participantes prestan dinero de los vecinos o su comunidad, o buscan cómo comprar comida a crédito. Una adolescente de 11 años en Chisec, Alta Verapaz quien su madre tiene una tienda pequeña donde vende agua y golosinas recordó, *‘La gente siempre quiere llevarse cosas a crédito, y mi madre siempre les da las cosas porque tiene un buen corazón, les da crédito, pero no le pagan’*. Otra adolescente explicó que su madre tenía crédito en una tienda, y cuando su padre regresó a casa de trabajar como agricultor en otra ciudad, él tuvo que *‘Entregar todo el dinero que había ganado mientras estuvo fuera’* para pagar la cuenta de la comida.

Algunos adolescentes se enorgullecen por su capacidad de contribuir al mantenimiento del hogar y tal como enfatizó un adolescente de 15 años de Cerro Azul, Alta Verapaz, *‘Estoy contento de ayudar ahora a mi mamá con la comida. Ya no soy un niño’*. Por el contrario, participantes adultos fueron más reflexivos y como explicó un padre del mismo sitio de estudio, *‘No todas las familias tienen tierra. Ahora tenemos familias aquí que tienen seis, siete, nueve hijos, pero no tienen una parcela. Por lo tanto, no tienen dinero para que estudien, así que ellos [los hijos] van a buscar trabajo, bajo el sol, calor y sudor. Eso es muy triste para nosotros’*.

Las adolescentes regularmente ayudan a sus cuidadoras trabajando en la casa, haciendo las tareas domésticas, incluyendo el suministro de los alimentos, preparación de las comidas y el cuidado de los hermanos y hermanas menores. Algunas adolescentes ayudan a su madre con trabajo pagado, como en la Ciudad de Chimaltenango, donde las adolescentes trabajan a la par de sus madres en la planta recicladora (ver a continuación), y en algunos casos las mismas adolescentes tienen un empleo. En Chisec, Alta Verapaz, el dueño de una tienda dijo *‘Algunas adolescentes están como empleadas domésticas, trabajan un poco en restaurantes o lavan ropa. A veces ellas pueden encontrar trabajo lavando ropa como por 25 quetzales (alrededor de 3 USD) un montón grande de ropa’*. Por lo contrario, las adolescentes en Cerro Azul, Alta Verapaz, dijeron que, en una aldea, *‘Solamente hay trabajo en la casa’*. Pero, como se resaltó



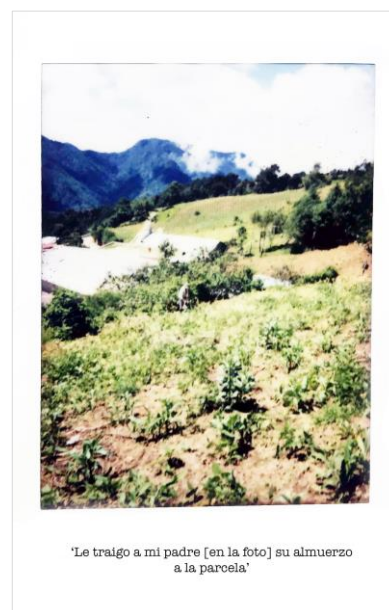
Dibujo de dos adolescentes de 14 años, Ciudad de Chimaltenango.

antes, las adolescentes no reciben alimentos adicionales o preferenciales para tener las calorías que necesitan para el trabajo físico y pesado del hogar.

En los sitios de estudio rurales, muchos adolescentes participantes (tanto indígenas como ladinos) trabajan como jornaleros no pagados para ayudar a sus padres en las fincas, pero algunos también informaron que hacen trabajo pagado. Los adolescentes indicaron que ellos empezaron a ayudar en el ingreso del hogar



cuando ya fueron *'lo suficientemente fuertes'* para trabajar fuera de la casa, ya fuera en la tierra con sus familiares hombres, o empleados en los sectores de agricultura o construcción. Los adolescentes empezaron a trabajar desde los diez u once años, sin importar la edad legal para trabajar. Como explicaron un grupo de padres en Chisec, Alta Verapaz, *'Si uno tiene 15 años, no puede ir oficialmente [a trabajar], pero la gente más joven pide prestados los documentos de los mayores'*. Así, los adolescentes tratan de conseguir trabajo pagado en las plantaciones de palma cercanas. En Chimaltenango, muchos de los adolescentes que participaron en los talleres confirmaron que trabajan en las plantas recicladoras municipales separando cartón, papel, plástico y otros materiales reciclables de la basura. La imagen de la izquierda la dibujaron dos adolescentes de 14 años durante su taller en la Ciudad de Chimaltenango. Los adolescentes trabajan juntos en la planta recicladora y el dibujo los muestra a ellos comiendo el almuerzo con otros trabajadores de la planta, tal como lo hacen casi todos los días. Ellos confirmaron, *'Si, es trabajo pesado, pero ganamos alrededor de 40 quetzales al día [5.5 USD] cuando estamos allí alrededor de cinco horas'*.



*'Le traigo a mi padre [en la foto] su almuerzo a la parcela'*

*Fotografía tomada por una adolescente de 16 años, Cerro Azul, Alta Verapaz*

Así como con las adolescentes, la distribución de alimentos para un adolescente regularmente no es proporcional al fuerte trabajo físico con el que están involucrados en las fincas, plantaciones, o plantas de reciclaje. Los adolescentes que trabajan en las plantaciones de palma en Alta Verapaz, por ejemplo, no reciben comida de sus empleadores y describieron que llevan tortillas con chile al trabajo porque no tienen con qué comprar los almuerzos calientes que sirven en los comedores dentro o cerca de la plantación. Dijeron que frecuentemente compran comida chatarra (*'No llenan el estómago'*) o gaseosas (*'para que les de fuerza'*) antes de regresar a casa al final del día a comer una comida más grande. Ellos se quejaron de que los alimentos de las tiendas son caros y no saludables, lo opuesto a los alimentos *'naturales'* de la tierra que ellos cultivan.

También es común que los adolescentes que trabajan en el sector de la agricultura en Xetzizi, Chimaltenango, que lleven su almuerzo al campo, regularmente cosas *'fáciles de llevar'* como *'un par de tortillas con sal'* y chile, a veces frijoles o queso. Si la finca está cerca de su casa, la madre del adolescente o la hermana le lleva almuerzo caliente a la parcela. Si el adolescente trabaja a la par de su padre, él también recibe almuerzo, pero si ya está cultivando su propia parcela y no se ha casado, se las tiene que defender él mismo. Los agricultores adolescentes muchas veces compran *'Raptor'* u otras bebidas energizantes para incrementar su capacidad y resistencia física para trabajar la tierra.

En cambio, los adolescentes que trabajan que participaron en los talleres en la Ciudad de Chimaltenango, regularmente reciben almuerzo de parte de su lugar de trabajo, y contaron que comen fideos y carne con otros empleados adultos. El proveer una comida al mediodía en el trabajo es un servicio importante ya que regularmente es la comida más nutritiva que el adolescente come en todo el día. Usualmente consumen los alimentos con Coca Cola u otra gaseosa, enfatizando otra vez que esas bebidas les dan *'energía'*.

## **Migración económica**

En todos los sitios de estudio, los y las participantes tanto de comunidades ladinas como indígenas confirmaron que es común que los hombres y los adolescentes dejen sus comunidades para buscar oportunidades de empleo en otro lugar, usualmente como resultado de las malas cosechas. Este hallazgo es corroborado por otros estudios (ver por ejemplo FIDA et al., 2017; FAO, 2014) los cuales también reportaron fuerte correlación entre el cambio climático, retos económicos y migración.

Piensen que la migración influye en la nutrición en varias maneras. Para un joven adolescente migrante, irse lejos de su casa (y su esposa u otras parientes) suele significar no tener acceso a comida saludable hecha en casa y recurre a comprar comida *'lista para llevar'*. Con pocos recursos a su disposición, los jóvenes informan que la única comida que pueden comprar es comida rápida, barata y fácil de encontrar. Las mujeres de la familia que se quedan en casa tienen que manejar el presupuesto del hogar mientras el generador principal de ingresos no está. Con frecuencia informaron que se quedan sin dinero y tienen que recurrir a prestar dinero o realizar trabajos eventuales, además del duro trabajo doméstico. Una madre concluyó, *'No solo los hombres trabajan'*. Muchas adolescentes confirmaron que cuando sus esposos, padres, o a veces hermanos *'Se quedan fuera por bastante tiempo, no tenemos nada más que comer'*.

Hay unas diferencias muy grandes en los tipos de trabajo en que los hombres y adolescentes de diferentes áreas están involucrados, y tienen que viajar para encontrar empleo. En Alta Verapaz, lo más seguro es que se involucren en trabajos no calificados en las plantaciones de palma, trabajando bajo condiciones duras para ganar de 40 a 60 quetzales al día (5.50-8.00 USD) como jornalero. Algunos viajan a departamentos vecinos para encontrar trabajo, dejando a sus familias por semanas para trabajar en las bananeras (en Petén y Escuintla) o en las plantaciones de caña de azúcar (en Escuintla). Muchos sueñan con migrar a los Estados Unidos para poder *'encontrar una mejor vida'*, pero tal como concluyó un participante, *'Nos encantaría irnos a Estados Unidos, pero somos pobres hasta para pagarle al coyote [traficante de personas]'*.<sup>9</sup>

En Maraxco, los y las participantes informaron que los hombres y adolescentes muchas veces trabajan en las industrias de la construcción o transporte como trabajadores no expertos. Muchos se mudan a los municipios de la costa para trabajar en las plantaciones de frutas, y aunque la migración internacional no era común entre los miembros de las familias participantes, algunos han migrado a El Salvador u Honduras. Una adolescente de 18 años en Chiquimula explicó que su esposo trabaja en Honduras, pero tiene que pagar por su alimentación, alojamiento y transporte para ir de ida y vuelta. Ella concluyó, *'Cuando mi esposo se va a Honduras a buscar trabajo, yo pido dinero prestado para mí y el bebé. Cuando él regresa me lo da. No puedo decir realmente que allí viene nuestro dinero porque no queda nada después de pagar eso [las deudas]-'*.



*Casa construida con las remesas enviadas por migrantes en los Estados Unidos, Xzetzizi, Chimaltenango*

Participantes en Chimaltenango también confirmaron que es bastante difícil encontrar un ingreso estable en el departamento. Los que encuentran trabajo regularmente los emplean como trabajadores por día en los sectores de la construcción, transporte o mecánica, y ganan el sueldo mínimo. La migración local es común, ya sea para la Ciudad de Guatemala o a Escuintla para trabajar en las plantaciones de café o banano. Sin embargo, contrario a los otros sitios de estudio, los hombres del departamento de Chimaltenango están cada vez más moviéndose a los Estados Unidos como migrantes económicos. Tal como resaltó un hombre joven en la Ciudad de Chimaltenango, *'En los Estados Unidos uno gana dólares, mientras que aquí el dinero lo alcanza. Allí, uno no gana frijoles, uno gana carne'*.

En Xzetzizi, Chimaltenango, donde la tierra se ha ido volviendo seca y árida, la migración a Estados Unidos también se ha vuelto relativamente común y las remesas son el componente clave de la economía local. Una adolescente que participó en el taller en Xzetzizi explicó que su padre se tuvo que ir a los Estados Unidos hace ocho años. Trabaja como mesero y manda remesas a casa mensualmente. Ella describió que la vida de él *'Del otro lado de la frontera'* no es *'fácil'*, pero dijo que él ha podido construir una *'Casa grande'* en

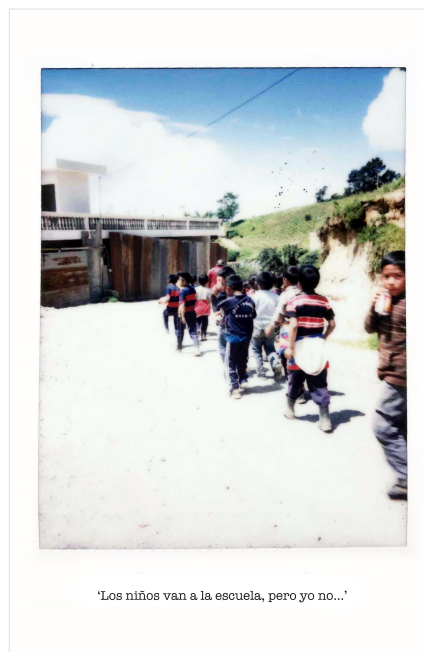
<sup>9</sup> *'Coyotes'* son traficantes de personas que, de acuerdo con los encuestados en Chimaltenango, cobran 1000 USD para facilitar los cruces de la frontera entre México y los Estado Unidos.

Xzetzizi (ver fotografía), y que su familia *'Puede comer en Pollo Campero'* (una señal de prosperidad, como se discutió en el capítulo anterior).

Es inusual que las mujeres o adolescentes migren para trabajar. En Chimaltenango, una cantidad pequeña de participantes informaron de casos de adolescentes y mujeres que viajan a la Ciudad de Guatemala para trabajar como empleadas domésticas o en restaurantes para complementar el ingreso del hogar. Una participante dijo que, aunque es raro, algunas cuando se mudan a la Ciudad resultan entrando a la prostitución, *'Hay una zona que se llama 'colonia Q'eqchi'' donde muchas Q'eqchi'es trabajan en la prostitución'*.

## Acceso a la educación

En los sitios de estudio, adolescentes de ambos grupos de edades y géneros discutieron la importancia de terminar la educación primaria e idealmente ir la secundaria y hasta la universidad, *'Para el futuro'*, y *'Así podemos trabajar con ropa limpia en la ciudad'*. Los cuidadores también anhelan que sus hijos puedan terminar la escuela, y muchos dijeron que la educación es un factor de protección para los y las adolescentes, en términos de protegerlos de una *'Vida dura'* y como una manera de mejorar sus trayectorias en la vida. Un padre en Cerro Azul, Alta Verapaz, quien es un agricultor explicó, *'Es importante que estén preparados para el futuro. Lo que queremos es que les vaya mejor. Que tengan un mejor conocimiento, que puedan tener un buen trabajo. No como nosotros. Nosotros no estudiamos, y ahora trabajamos en la montaña'*. Varios de los cuidadores involucrados en el estudio son analfabetas y no quieren que sus hijos sean *'tontos'*. Como indicó orgullosamente un padre, *'Yo nunca fui a la escuela, pero mis hijos van y ya saben leer un poco'*. Los cuidadores también hicieron el enlace directo entre educación, oportunidades de empleo y potencial de ganar un buen ingreso. Una madre en Chisec, Alta Verapaz, dijo, *'Yo creo que es importante que un adolescente termine por lo menos tercer grado primaria. Es importante que vayan y encuentren una carrera profesional'*, mientras otro respondió, *'Es más importante que estudien, así tienen dinero para poder ayudarnos'*.



*'Los niños van a la escuela, pero yo no...'*

*Niños en la escuela tomando Incaparina que reciben como parte del almuerzo escolar. Fotografía tomada por una adolescente de 16 años, Xzetzizi, Chimaltenango*

Aunque el valor de la educación es bien reconocido por los participantes, los y las adolescentes indígenas y aquellos que viven en áreas rurales manifestaron que es común para su grupo de edad dejar de ir a la escuela para que puedan trabajar en la casa o en la finca. Algunos de los adolescentes más jóvenes (10-14 años) involucrados en el estudio asisten a la escuela, pero la mayoría de mayores (15-19 años) dejaron la escuela después de terminar tercer grado primaria. Varios participantes resaltaron que asistir a la secundaria requiere dinero para transporte (ya que regularmente, las escuelas no se encuentran cerca de sus hogares), cuotas, libros y otros materiales para la escuela, lo cual todo impide que asistan. Una maestra en Cerro Azul explicó, *'Muchos niños dejan de estudiar porque no tienen dinero para comprar zapatos, y se les pide que tengan para ir a la escuela. Esta es la ayuda que necesitan nuestros niños, porque sus padres no pueden encontrar trabajo'*. Las adolescentes mayores en Cerro Azul, Alta Verapaz, describieron que están tristes y decepcionadas de ya no poder ir a la secundaria, y una adolescente de 17 años concluyó, *'Me hubiera gustado convertirme en abogada... pero ya no'*.

Por contar con recursos limitados, regularmente los cuidadores deben escoger a cuál o cuáles niños o niñas mandar a la escuela y usualmente la educación de un niño es prioridad sobre la de una niña. Una madre en Cerro Azul, Alta Verapaz mencionó, *'Muchas niñas solo terminan sexto grado primaria y después ya no hay dinero. Después ellas esperan cumplir 18 años y se casan'*. Un líder comunitario en Chisec, Alta Verapaz, confirmó, *'Bueno, con las adolescentes, no hemos tenido éxito en educarlas'*, y una adolescente de la misma



*'Este soy yo, cortando la milpa'. Dibujo por un adolescente de 14 años, Cerro Azul, Alta Verapaz*

comunidad que tuvo que dejar la escuela recientemente en su quinto grado primaria dijo, *'Ya estamos perdidas'*. Es bien aceptado que las adolescentes, particularmente las mayores, dejen la escuela para ayudar con la carga del trabajo doméstico. Aunque muchos adolescentes han tenido que dejar la escuela para ayudar en sus hogares, ya sea con trabajo doméstico (las adolescentes) o buscar trabajo pagado (los adolescentes) los índices de desempleo son altos.<sup>10</sup> La madre de un adolescente en Cerro Azul, Alta Verapaz explicó, *'Él va a buscar trabajo. Ya se graduó, pero no hay trabajo... Él solo trabaja en la montaña, solo sembrando maíz...'*. Un adolescente de 18 años en Xzetzizi agregó, *'Todo lo que uno puede hacer es sembrar maíz, porque no hay trabajo en ningún otro lado'*. La mayoría de las adolescentes que participaron en

los talleres *'sueñan'* con ir a la universidad y obtener algún título para poder *'Trabajar en una oficina con ropa limpia'* (taller de las adolescentes de 15-19 años, Chisec, Alta Verapaz) o *'Encontrar trabajo preparando comida para clientes'*, pero aceptaron que no es probable que ellas puedan asistir a la universidad en su vida.

### **Violencia y abuso de drogas y alcohol**

En los sitios de estudio urbanos, los y las participantes de todos los niveles identificaron la violencia y abuso de drogas y alcohol como una barrera clave para una adolescencia segura y sana. La adolescencia es vista como un período vulnerable durante el cual la juventud se encuentra susceptible al alcoholismo y abuso de drogas y ambas se encuentran relacionadas con la violencia de las maras y de género. Los adolescentes urbanos informaron que se encuentran en riesgo de ser reclutados por las maras debido a su situación socioeconómica y ubicación geográfica. En un taller en Chimaltenango, un adolescente de 15 años concluyó, *'Los adolescentes estamos cansados de tanta violencia'*.

En Chimaltenango, la ciudad más grande incluida en el estudio, la violencia de las maras es común. Muchos cuidadores manifestaron su preocupación de que sus hijos adolescentes (tanto niños como niñas) puedan ser llevados a las maras como a la *'Mara Salvatrucha'* la cual está activa en la ciudad y se le mira como *'Una amenaza real'* para los y las adolescentes.<sup>11</sup> Manifestaron que su grupo de edad es el que está en más riesgo de ser reclutado a las maras. Un adolescente de 16 años preguntó, *'¿Qué más podemos hacer [aparte de unirnos a las maras] cuando no hay nada más que hacer [ej. tener trabajo]?'*, y otro adolescente de 15 años confirmó *'Por lo menos uno tiene dinero para comer'*. Una cuidadora habló por varios cuando explicó,

*Ya no es como antes. Ahora lloro mucho por mis hijos. Era mejor ser niño o niña hace 20 años cuando había más trabajo. Ahora, si como padre no se hace un cargo de los hijos, se pueden convertir en parte de las maras o de los otros grupos. Los padres ya no saben con quienes pasan tiempo sus hijos en la calle. Eso da miedo.*

Ya perteneciendo a una mara, los y las adolescentes pueden rápidamente enredarse en actividades criminales, y al tener que ajustarse a las reglas de un grupo, no se pueden salir. Todavía, para algunos, la promesa de beneficios materiales es atractiva. Ser parte de una organización así puede tener como resultado prosperidad económica (y mejora la disponibilidad de más alimentos), y esto lo priorizaron ante

<sup>10</sup> Al discutir el desempleo, los participantes utilizaron la versión masculina del término, atribuyendo al desempleo un prejuicio de género el cual implica que los adolescentes pueden estar desempleados, mientras que la norma social es que las adolescentes tienen que estar involucradas con el trabajo doméstico.

<sup>11</sup> La Mara Salvatrucha es una pandilla criminal que se originó en Los Ángeles, California, Estados Unidos en los años 1980. Luego la mara se propagó a varios lugares de Guatemala, está activa en áreas urbanas y suburbanas.

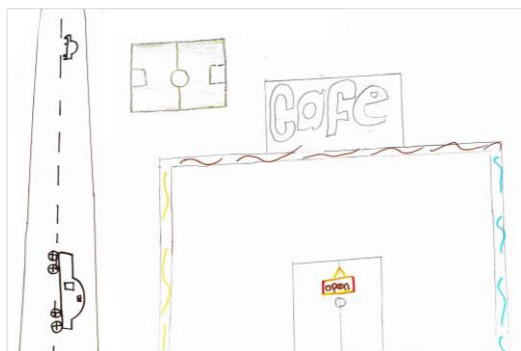


los riesgos personales de salud y seguridad. Una participante en sus veintes tardíos y cuya hija de 10 años participó en un taller contó,

*Como no hay trabajo, ellos [los y las adolescentes] toman el camino equivocado. Porque cuando uno no puede conseguir dinero, pero necesita algo, como ropa y comida o alguna otra cosa. Por eso, por no tener trabajo, ellos siguen los malos pasos. Yo tenía una amiga cuando estaba soltera y trabajaba. Yo le pregunté, ¿Por qué te estás descarriando? Ella dijo, 'porque en este camino de maldad [refiriéndose a ser parte de una mara], se puede hacer dinero. Aquí, me puedo vestir fácilmente. Puedo comer. Lo único que uno tiene que hacer es quitarse el miedo'. Ella mató personas para estar dentro de la mara. Ella tuvo que estar [tener relaciones sexuales] con 25 hombres para entrar. Lo que ella quería era un trabajo fácil. Pero todavía ahora ella se escapa en las noches para robar para la mara.*

Resaltaron que el abuso de drogas y alcohol es un factor que impide el desarrollo saludable de los y las adolescentes, especialmente los adolescentes mayores en centros urbanos. El consumo de drogas o alcohol se reportó regularmente por niños adolescentes como una manera de escapar de sus problemas diarios ('Para olvidar') o como sustituto de comida, 'Nos llena cuando no tenemos comida'. Los cuidadores de los sitios de estudio urbanos sugirieron que el alcoholismo es un problema importante, y que los adolescentes empiezan a tomar a una edad joven, regularmente reflejando los patrones de bebida de los hombres mayores. Ellos relacionaron directamente el alcoholismo con problemas de protección de la niñez, y varios participantes adultos afirmaron que la adicción a las drogas o al alcohol puede causar que los padres olviden las necesidades nutricionales de sus hijos.

La violencia contra la mujer y la violencia sexual también prevalecen y los perpetradores regularmente no son hechos responsables (UNWOMEN 2017). La Procuraduría de los Derechos Humanos de Guatemala reporta que miles de niñas son sexualmente abusadas en Guatemala cada año, y que el 89% de los abusadores son parientes, y el 30% de ellos son los padres (Guttmacher Institute 2014a; 2014b). Después de El Salvador, Guatemala tiene el índice más alto de femicidio, o asesinatos de mujeres por razones de género, en el mundo. En sus talleres en Xzetzizi, Chimaltenango, las adolescentes (10-14 años) expresaron miedo de 'Caminar solas' porque han escuchado informes que 'En otros lugares [ej. Ciudad de Chimaltenango] lastiman a niñas que caminan solas'. Como resultado de la violencia en la Ciudad de



*'Hay lugares dónde no es seguro que camine una adolescente en la noche'. Dibujo por una adolescente de 17 años, Ciudad de Chimaltenango*

Chimaltenango, las adolescentes informaron que tienen severamente restringida su movilidad, en parte para disminuir el riesgo de ser abusadas. Las participantes de un taller en la Ciudad de Chimaltenango estuvieron de acuerdo con una adolescente que dijo, 'No puedo salir a otras partes. A mis papás les da miedo'. Las adolescentes que viven en centros urbanos confirmaron que, debido a su restringida movilidad, pasan mucho tiempo dentro de sus colonias y en sus casas viendo telenovelas o en sus celulares. Por evitar el riesgo de la violencia afuera, las adolescentes urbanas tienen dificultad para hacer ejercicio y regularmente reportan altos niveles de sedentarismo (un hallazgo reflejado en Venator y Reeves, 2015).

## Salud sexual y reproductiva

Adolescentes, especialmente las adolescentes indígenas, tienen acceso muy limitado a la información y servicios de salud sexual y reproductiva. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil (ENSMI) de 2015, el 53% de las mujeres indígenas en edad reproductiva utilizan anticonceptivos, comparado con el 68% de mujeres no indígenas (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). Las relaciones antes del matrimonio son un 'tabú' en la sociedad guatemalteca. Desde una temprana edad, las madres les enseñan a las niñas que la virginidad es una de sus virtudes más importantes. Las percepciones sociales

sobre 'guardarse para el matrimonio' son dominantes y relacionadas a la fuerte influencia moral de la Iglesia. Un pastor de una iglesia evangélica en Xzetzizi, Chimaltenango explicó,

*'La iglesia es el primer lugar donde les enseñamos [a los y las adolescentes] que la Biblia no permite esas cosas... Como iglesia nosotros creemos dos cosas. Si una persona joven utiliza esos [anticonceptivos] y todavía no está casada, ellos cometen fornicación, ¿verdad? Si una familia lo usa, es otro problema, adulterio... Entonces básicamente nosotros solo lo usamos cuando tenemos una pareja, una pareja legal, cuando estamos casados. Pero una persona que no está casada, la iglesia y la Biblia nos ha enseñado que [el sexo antes del matrimonio y el uso de anticonceptivos] no está permitido... '.*



*'Allí hay un lugar secreto detrás del campo de fútbol donde se juntan los con las adolescentes'. Dibujo de unas adolescentes en el taller en Chisec, Alta Verapaz*

Guatemala tiene uno de los índices más altos de embarazo en adolescentes en América Latina con una de cada cinco adolescentes entre 15-19 años teniendo un hijo (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil (ENSMI) 2015, las adolescentes indígenas son más jóvenes que las adolescentes no indígenas en el momento de su primer embarazo, y el 45% de todas las adolescentes que quedan embarazadas entre los 15 y 19 años nunca han asistido a la escuela (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). En 2017, el Observatorio en Salud Sexual y Reproductiva concluyó que las adolescentes menores de 15 años tienen cinco veces más la probabilidad de morir durante el parto que las mujeres mayores de 20 años.

El estigma sobre el uso de anticonceptivos, especialmente en adolescentes no casados, es amplio y el índice del uso de anticonceptivos es bajo. En el ENSMI, solamente el 9.8% de las adolescentes de 15-19 años informaron que usan alguna forma de protección y no se obtuvieron datos de adolescentes menores de 15 años (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017).

Aun así, los y las adolescentes del estudio enfatizaron frecuentemente su incremento de deseo sexual y la presión de conseguir una pareja adecuada para casarse. El embarazo en adolescentes y el matrimonio temprano son comunes en los sitios de estudio, y en las comunidades indígenas, la maternidad se considera un camino positivo para las adolescentes. Como indicaron unos adolescentes en Cerro Azul, Alta Verapaz, *'Las adolescentes se vuelven mamás cuando crecen'*, y las adolescentes confirmaron, *'Eso es así. Uno se vuelve mamá, esa es la meta'*. Este relato fue reiterado frecuentemente por cuidadores e influenciadores (discutido luego).

Los y las participantes resaltaron que el no tener *'permiso'* para tener relaciones sexuales es el motivo principal de los matrimonios tempranos. Un adolescente de 14 años en Cerro Azul, Alta Verapaz, explicó, *'Por eso es que ellos [los adolescentes] buscan esposa'*, y como un líder comunitario en Xzetzizi concluyó,

*Yo creo que la gente joven quiere casarse para poder tener eh... para 'disfrutarse'. Cuando discutimos se tienen que casar para tener sexo, los jóvenes dan eso como una razón, para ser honesto. Un joven me dijo, 'Yo me casé porque soy un hombre, y como hombre uno quiere tener sexo' y así...*

Después del matrimonio es más aceptado el uso de anticonceptivos entre las mujeres, pero su preferencia es el uso de *'métodos naturales'*. De acuerdo con los participantes adultos, la mayoría de las mujeres en las comunidades rurales tratan de planificar el embarazo a través de la abstinencia, utilizando el ritmo como método, o haciendo que su pareja se retire. Como relató una mujer en Xzetzizi, Chimaltenango, *'Hay esas mujeres, como yo, que no planifican los embarazos, pero de allí, bam, uno está embarazada otra vez. He hablado con varias mujeres y me han dicho que han quedado embarazadas, aunque no estén planificándolo'*. Han circulado rumores sobre los anticonceptivos, especialmente entre las mujeres indígenas en áreas rurales, que cuestionan la efectividad de los diferentes métodos y sugieren que las

inyecciones y pastillas anticonceptivas pueden tener efectos negativos para la salud de la mujer. Una cuidadora manifestó, *‘Es mejor para la salud de uno tener hijos y no tener inyecciones. Eso es lo que me dijeron en el hospital. Dios no quiere que uno se inyecte. Dios quiere que las mujeres queden embarazadas, así que para qué’*. Regularmente no se da educación de salud sexual y reproductiva (SSR) en las escuelas y hay falta de información, especialmente en las áreas rurales donde el estigma de usar anticonceptivos ha sido más fuerte. Una trabajadora de la salud primaria en Xzetzizi, Chimaltenango, confirmó que es difícil para los trabajadores de la salud *‘Hablar en contra’* de la cultura de no usar anticonceptivos.

*La población no está abierta a la idea [de SSR]. A veces hay problemas con la familia porque los hijos [adolescentes] vienen a investigar [sobre los anticonceptivos], y a veces hay enfermedades [infecciones de transmisión sexual] de las que los adolescentes nos vienen a contar [y a buscar tratamiento para eso]. Pero después los papás se enojan porque les damos [información, anticonceptivos, tratamiento] a los adolescentes, o porque dicen que influenciamos a los adolescentes [a que tengan relaciones sexuales].*

Los cuidadores no se sienten preparados o listos para discutir temas de salud sexual y reproductiva con sus adolescentes, y muchos confirmaron que les repiten sermones sobre la virginidad y abstinencia como lo promueve la Iglesia. Cuando se les preguntó qué tipo de consejos les dan a sus hijos, las madres en Xzetzizi, Chimaltenango dijeron solamente frases abiertas y generales tales como *‘Uno se tiene que cuidar’* o, *‘Es mejor disfrutar la juventud’*.

Al discutir la salud sexual y reproductiva, las adolescentes que participaron en Xzetzizi, Chimaltenango, resaltaron que, aunque ellas no tengan novios, ya son lo suficientemente maduras para tomar decisiones sobre sus propias vidas. Ellas no siempre relacionan tener novio con ser *‘malas’* o *‘con tomar el camino equivocado’*. Durante los talleres, varias de las adolescentes expresaron frustración hacia cuidadores. Como una adolescente expresó, *‘No entiendo por qué no me dejan ser’*, y otra, que mantiene su celular escondido de sus padres confirmó, *‘No es justo que no confíen en nosotras’*. Los adolescentes indicaron que ellos enfrentan menos restricciones que las adolescentes y que los alientan activamente para que encuentren una pareja sexual y que eventualmente se casen. Informaron que tener varias parejas sexuales es motivo de orgullo para los adolescentes mayores, parte de su cultura machista, mientras que se espera que las adolescentes tengan solamente una pareja sexual, su esposo.

Aunque las adolescentes y mujeres estén informadas sobre su salud reproductiva, muchas veces ellas no tienen la manera de protegerse y las participantes informaron que muchas de sus parejas masculinas se reusan a darles *‘permiso’* para usar anticonceptivos. Según el Instituto Guttmacher (2014<sup>a</sup>), el 63% de mujeres casadas de 15-19 años informaron que le tienen que pedir permiso a sus esposos para usar anticonceptivos. Hay una percepción dominante, especialmente en comunidades indígenas, de que socialmente se requiere que los hombres tengan muchos hijos y que esto es un símbolo de su proeza. Al hacer un recuento de las discusiones con los adolescentes durante la escuela dominical, un pastor en Xzetzizi, Chimaltenango, explicó,

*Yo les pregunto por qué se quieren casar, y los adolescentes me dicen, ‘Porque soy un hombre’. Me cuentan cuantos hijos quieren, pero no lo piensan seriamente. Porque la Biblia dice que hay que llenar la tierra con hijos, no quiere decir que lo tengan que hacer. Yo les digo que Dios no nos ha dicho que tengamos 13 hijos. No es una vergüenza no tener hijos, o tener pocos hijos. Es más vergonzoso tener hijos a los que no les pueden ni comprar comida. Eso es vergonzoso.*

Las adolescentes indígenas que estaban embarazadas o tenían hijos confirmaron que ellas no necesariamente reciben más alimentos o alimentos *‘especiales’* durante el embarazo, y varias informaron que siguen teniendo que comer después que los hombres de la casa estuvieran repletos. Sus tareas domésticas no disminuyen durante el embarazo, y especialmente las adolescentes en las áreas rurales informaron que su trabajo físico duro continúa hasta el final de su tercer trimestre.

## 4. Involucrando a los y las adolescentes

---

La Convención de las Naciones Unidas para los Derechos del Niño, ratificada por Guatemala en 1990, enfatiza que los niños y niñas y las y los adolescentes tienen el derecho a participar en las decisiones que afecten su salud y bienestar. Uno de los principios rectores de la Convención es que los puntos de vista de la niñez y adolescencia deben ser expresados, respetados y utilizados efectivamente para enriquecer los procesos de toma de decisiones.

Involucrar a los y las adolescentes es clave para la realización completa de este derecho fundamental, pero sus voces regularmente no son (si es que lo son) incorporadas en la evidencia utilizada para darle forma a las políticas y programas. El involucrar a los y las adolescentes requiere de un compromiso para diseñar enfocados en el usuario para que las intervenciones respondan a sus necesidades y prioridades, sean relevantes contextualmente, y utilicen una variedad de canales de comunicación e involucramiento que sean lo más apropiados para llegar a tiempo.

Enfatizando un sistema de acercamiento a los programas de adolescentes, donde son vistos como parte integral del tejido social de sus comunidades, este capítulo presenta datos de influenciadores de adolescentes claves, canales de medios apropiados para llegar a los y las adolescentes, y estructuras locales que se pueden utilizar para involucrar directamente a los y las adolescentes, sus familias y sus comunidades.

El análisis se encuentra respaldado por el modelo social ecológico (SEM), que sitúa al individuo (ej. el o la adolescente) en el centro, rodeado por niveles anidados de influencia a nivel interpersonal, comunitario, organizacional, y de políticas que representan los efectos multifacéticos e interactivos de factores personales y del ambiente que determinan los comportamientos (UNICEF 2014, CDC 2015). Interrogar las dinámicas de poder entre adolescentes y su ambiente puede llevar no solo a un mayor involucramiento de los programas específicos de nutrición y sensibles a la nutrición, sino también a apoyar efectivamente los programas intersectoriales (ej. enlazar salud, educación, SSR, etc.).

La primera sección de este capítulo explora los influenciadores de adolescentes claves. La segunda sección triangula los resultados de la encuesta de tecnología y los talleres con informes de varias plataformas de tecnología con las que los y las adolescentes se involucran. La tercera sección detalla hallazgos del esquema de análisis de los canales de entrega nacionales que llegan a los y las adolescentes, y presenta los canales que prefieren y priorizan los y las adolescentes y sus recomendaciones clave en cómo operar esto de la mejor manera.



*Niños adolescentes participando en la actividad de fotocaminata, Cerro Azul, Alta Verapaz*



## Personas que influyen en los y las adolescentes

En su consideración de quién y qué los influencia, de qué maneras, los y las adolescentes expresaron sobre el nivel de manejo y la determinación propia que tiene su grupo de edad en los diferentes contextos. En términos de influenciadores claves, surgieron los siguientes grupos: cuidadores; otros miembros de la familia incluyendo hermanos y hermanas, y para las adolescentes casadas, las familias de sus esposos; pares; Iglesia; trabajadores de la salud; líderes comunitarios; maestros; y propietarios de tierras. Sin embargo, hubo diferencias importantes en los perfiles de los influenciadores identificados por adolescentes en comunidades indígenas y ladinas, urbanas y rurales, tal como se discute a continuación.

### Cuidadores y otros miembros de la familia

Cuidadores, principalmente los padres, fueron considerados como los guardianes e influenciadores principales de los y las adolescentes, y pueden ser ya sea facilitadores positivos, y/o fuerzas restrictivas dependiendo de la relación y contexto. Las adolescentes mayores (15-19 años) en Chisec, Alta Verapaz, indicaron que sus padres son las fuentes de información más confiables a las que tienen acceso. Adolescentes menores de la Ciudad de Chimaltenango, también indicaron que ellos confían en el consejo de sus padres más que en el consejo de sus amigos. La mitad de las adolescentes que participaron en Chimaltenango viven en un orfanato manejado por la iglesia, ya sea porque perdieron a ambos padres o por problemas de protección a la niñez. Muchas de estas adolescentes confirmaron que ellas *'Admiran'* a los cuidadores que se encuentran en el orfanato y que les proporcionan cuidado pastoral.

Aunque son de confianza, también notan como los cuidadores restringen activamente la capacidad de los y las adolescentes, especialmente de las adolescentes. Las madres involucradas en el estudio indicaron que ellas tienen más autoridad que sus esposos sobre los hijos menores, pero durante la adolescencia, la influencia es más relacionada con el género, con las madres desempeñando un gran papel al aconsejar a sus hijas, y los padres aconsejando a sus hijos. Una madre en Cerro Azul, Alta Verapaz, dijo que cuando los hijos son menores, *'Somos nosotros las que estamos a cargo de educarlos y enseñarles... No hay otros en la comunidad que corrijan a los menores'*.

Muchos adolescentes identificaron a sus hermanos y hermanas mayores, regularmente del mismo sexo, como influenciadores en sus vidas. Las adolescentes ladinas en Chisec, Alta Verapaz, explicaron, por ejemplo, que ellas admiran a sus hermanas mayores que estudian en *'la ciudad'*. Los adolescentes menores indígenas en Cerro Azul también indicaron que les gusta pasar tiempo con sus hermanos mayores, pero mencionaron que sus hermanos mayores por lo general no tienen tiempo para *'jugar'* con ellos porque tienen trabajo y otros compromisos. Los y las adolescentes indígenas mencionaron que pasan tiempo con sus hermanos y hermanas mientras buscan leña.

Las adolescentes casadas hablaron sobre el cambio de la esfera de influencia que experimentaron después de casarse, cuando sus influenciadores principales pasaron de ser sus cuidadores a ser sus esposos y suegros. La suegra de una adolescente ejerce una influencia especial en el comportamiento de su nuera. Si la adolescente se muda a la casa de su esposo, se espera que ayude a la suegra con el trabajo doméstico. Si la pareja de recién casados tiene suficientes recursos financieros para tener su propia casa, se espera que la adolescente la maneje y que sus interacciones se enfoquen en su esposo e hijos, los encargados de las tiendas, y eventualmente con los maestros de la escuela de sus hijos. Debido a los contactos sociales limitados, varias de las adolescentes menores involucradas en el estudio sostuvieron que ellas estaban felices de no estar casadas todavía. Las adolescentes en un taller en Cerro Azul, Alta Verapaz, estuvieron de acuerdo en que, *'Cuando uno tiene esposo es más trabajo todavía. Él ensucia su ropa, uno la tiene que lavar. Y es aburrido. Uno está solo en la casa todo el tiempo y no puede jugar con sus amigas'*.



'Aquí voy con mi madre'



'Aquí es donde compro comida chatarra'



'El centro de salud'



'Campo de fútbol'



'Hay WiFi gratis en este parque'



'Cantamos en la iglesia'

Fotografías tomadas por adolescentes durante las actividades de fotocaminatas en Chisec y Cerro Azul, Alta Verapaz, y en Xzetzizi, Chimaltenango

## Pares

En todos los sitios de estudio, es claro que la esfera de influencia alrededor de los y las adolescentes crece a medida que son mayores, y empiezan a buscar más a sus pares y otros que no sean miembros de su familia para consejos y validación de sus actos. Los amigos y pares se convierten en *confidentes* naturales con relación a problemas particulares que no discutirían (o preferirían no discutir) con sus cuidadores por miedo a represalia. Por ejemplo, discutir abiertamente relaciones sexuales (potenciales) con generaciones mayores es socialmente inaceptable, y los y las adolescentes probablemente se lo cuentan más a sus pares. Esto es especialmente verdadero para las adolescentes que temen que su movilidad ya limitada se limite más al admitir estar interesadas en algún adolescente, estar enamoradas o tener relaciones sexuales. Contrario a esto, los adolescentes rápidamente se enorgullecen en proyectar una imagen '*machista*', pero



Dibujo hecho por un grupo de niñas adolescentes mostrando las actividades que realizan y los lugares a donde van, Cerro Azul, Alta Verapaz.

igual discuten sus relaciones con otros pares en lugar de adultos.<sup>12</sup> Dado a la limitada información disponible sobre problemas de salud sexual y reproductiva (como se discute antes), el grupo inmediato de amigos de un adolescente es regularmente la única fuente de conocimiento y comparten sentimientos y experiencias, tanto positivas como negativas.

A pesar de esto, las adolescentes reconocen que compartir información personal con pares también puede tener riesgos. Una adolescente explicó, *‘Si uno les cuenta sus secretos a amigos eso quiere decir que pueden estar en la boca de otros... o pueden solo inventarse cosas y ya lo*

*pueden ver mal a uno’*. Las adolescentes también indicaron que no todos los consejos de las amigas son confiables. Cuando se discutió el potencial de la presión de grupo, una adolescente de 18 años en la Ciudad de Chimaltenango dijo, *‘Muchas veces cuando uno le cuenta algo a sus amigos, ellos dan un consejo equivocado... Dicen que ellos toman alcohol para olvidar sus problemas, pero no es así... Bueno uno olvida sus problemas por un tiempo, pero después regresan así que no nos ayudan siempre’*. Mientras se discutió la presión por pertenecer a las maras en la Ciudad de Chimaltenango, los y las adolescentes en Chisec, Alta Verapaz, también concluyeron que los pares mayores pueden *‘Seducir a un adolescente a tomar el camino equivocado, a beber alcohol y fumar, todas esas cosas’*. Este tipo de presión de pares negativa no se informó directamente en las áreas rurales incluidas en la investigación.

Durante las sesiones de fotografía y dibujo como parte de los talleres participativos, los y las adolescentes documentaron actividades que realizan, solos y con amigos, y lugares a los que les gusta ir. Los y las adolescentes que asisten a la escuela habitualmente se juntan con sus pares en la escuela, mientras los que no asisten interactúan con amigos en diferentes lugares de la comunidad. Como los adolescentes enfrentan menos restricciones, se reúnen con sus pares más frecuentemente en la comunidad que las adolescentes. Tanto los adolescentes mayores como los menores y los de áreas urbanas como los de rurales manifestaron que se reúnen con amigos después del trabajo o la escuela, especialmente para jugar fútbol. Los adolescentes en áreas rurales informaron que se juntan con amigos en las tiendas donde miran televisión juntos, mientras que los adolescentes ladinos se juntan con sus amigos en parques públicos u otros lugares conocidos (tales como el parque en frente de la Municipalidad en Chisec, Alta Verapaz), o simplemente *‘En la calle’*.

Muchas de las adolescentes indígenas mayores admitieron que por haber tenido que dejar la escuela, su grupo de amistades se redujo. Algunas sienten que ya no tienen amigas de su edad, y ya que tienen una carga pesada de trabajo del hogar, tienen limitado el tiempo y no tienen razones para reunirse con otras fuera de su casa o su comunidad inmediata. Una adolescente de 17 años de Xetzizi, Chimaltenango, explicó, *‘Nosotras lavamos la ropa en nuestras casas o en el río. Allí hay más personas, pero no son amigas. Solo terminamos lo que tenemos que hacer y nos regresamos a la casa’*. Al discutir este espacio social más pequeño, las madres muchas veces confirmaron que a propósito mantienen ocupadas a las adolescentes en la casa, para que *‘No busquen problemas’*. Otras adolescentes informaron que, aunque todavía tienen un buen grupo de amigas, ya tienen el tiempo limitado para poder interactuar.

Una adolescente de 16 años de Xetzizi, Chimaltenango, explicó, *‘Tengo amigas... pero no tengo tiempo para visitarlas. Nos juntamos cuando vamos a la Iglesia’*. Los grupos de jóvenes de la Iglesia son

<sup>12</sup> Como se discute anteriormente, en Guatemala, como en muchas culturas de América Latina y otros lugares, un adolescente con muchas novias se percibe como ‘fuerte’ e ‘incomparable’, mientras que una adolescente con mucho novios se considera una ‘zorra’ (Según Olthoff 2006; Arends y Hordik 2015).

considerados como espacios seguros y son un lugar importante para las adolescentes (discutido a continuación). Las adolescentes en las áreas rurales también manifestaron que leen libros o hacen manualidades como bordar o coser patrones en los güipiles para pasar el tiempo y/o ganar un poco de ingreso. Las adolescentes indígenas más jóvenes en las áreas rurales también se juntan para jugar fútbol después de terminar sus tareas en el hogar.

Las adolescentes ladinas o indígenas aplican varias estrategias para seguir en comunicación con amigas. Las adolescentes en las áreas rurales regularmente usan las redes sociales, y con su movilidad severamente restringida debido a preocupaciones de seguridad, usan aplicaciones incluyendo Facebook y WhatsApp para 'chatear' entre ellas, sin embargo, el uso de internet es muchas veces monitoreado por los cuidadores. Las redes sociales no son una opción para las adolescentes que viven en áreas rurales. Las adolescentes indígenas en las áreas rurales informaron que ellas normalmente no tienen acceso al teléfono celular, y algunas áreas tienen poca cobertura de red (discutido a continuación).

## Iglesia

La Iglesia continúa desempeñando un papel importante en las vidas de los y las adolescentes en Guatemala. Es de fácil acceso, socialmente aceptada, y ejerce un gran grado de influencia, especialmente en las vidas de las adolescentes. En las áreas rurales, actividades de la Iglesia para jóvenes son unas de las pocas actividades disponibles para adolescentes. Todos los encuestados involucrados en el estudio informaron que ellos asisten a la Iglesia por lo menos una vez a la semana, ya sea los sábados o los domingos. Las madres en Chisec confirmaron que mientras hay otras pocas actividades para que participen sus hijas, ellas van a la Iglesia para *'Recibir consejos y clases de Biblia'*. Al discutir su interacción con la Iglesia, muchas adolescentes describieron su asistencia como descanso del trabajo doméstico y de ver televisión, su otra fuente importante de entretenimiento (discutido a continuación). La Iglesia es un lugar donde pueden reunirse con sus amigos, y dado que las adolescentes no tienen permitido pasar tiempo en la comunidad (debido a las normas sociales y para protegerlas de situaciones de riesgo potenciales), es un lugar seguro en el que pueden observar a los miembros de la comunidad. Como el padre de una adolescente en Cerro Azul, Alta Verapaz confirmó, *'Allí es donde las adolescentes se comunican, platican y se conocen'*. Un factor importante es que la Iglesia regularmente se encuentra cerca de los hogares de los y las adolescentes, eso significa que tiene fácil acceso. Por ejemplo, en Cerro Azul, Alta Verapaz, una comunidad sin centro de salud y únicamente con tres televisiones en toda la aldea, hay cuatro Iglesias, una católica y tres evangélicas. En los talleres participativos, cuando se pidió que dibujaran los lugares a donde asisten más seguido, o quisieran asistir, muchas adolescentes dibujaron su Iglesia.

En los sitios de estudio, se informó que las Iglesias han desarrollado estrategias efectivas para atraer a los y las adolescentes. Utilizan líderes jóvenes (regularmente un poco mayores) para que asistan a la escuela dominical y las clases de jóvenes, y buscan involucrar a los y las adolescentes a través de actividades de música, baile, poemas, teatro y deportes. Por ejemplo, la Iglesia católica en Chisec, Alta Verapaz, trabaja con 'pastorcitas', pastoras jóvenes, quienes tienen casi la misma edad y origen que las adolescentes que

asisten a las clases. En la misma comunidad, una adolescente dijo, *'Me gusta ir a la Iglesia para oírlos cantar [canciones religiosas de San Benito]. Encontramos consejos en la música, consejos para nosotros los jóvenes, sobre respeto a nuestros padres, sobre cómo tomar el 'camino correcto'. Las canciones me ayudan en mi vida, me gusta aprendérmelas y me alegra poder cantarlas en la Iglesia'*. Sin embargo, se observó que cuando los y las adolescentes se casan, ya no son invitados a los grupos para jóvenes. Como ya son vistos como adultos, no importando su edad, ya tienen que asistir a la misa regular. Varias de las adolescentes



Conjunto de dibujos mostrando las Iglesias a las que asisten, por las adolescentes de 10-14 años en Cerro Azul y Chisec, Alta Verapaz, y Ciudad de Chimaltenango y Xzetzizi, Chimaltenango



que ya están casadas indicaron que, aunque extrañan sus amigas en los grupos de jóvenes, se sienten *'orgullosas'* de tener permitido asistir a sesiones con otras mujeres (mayores).

Además de transmitir enseñanzas y guía moral y espiritual, regularmente le pasan otra información a la congregación de la Iglesia, incluyendo consejos de promoción de salud informal. Un número de líderes religiosos involucrados en el estudio confirmaron que ellos están dispuestos e interesados en pasar conocimientos sobre nutrición en sus congregaciones, ya que han sido entrenados en los mensajes clave. Esta puede ser una estrategia efectiva ya que los cuidadores informaron que tratan de implementar y reforzar en el hogar los mensajes recibidos en la Iglesia. Las enseñanzas son reiteradas en los hogares a través de lecturas de la Biblia y de escuchar estaciones de radio cristianas. Un padre en la Ciudad de Chimaltenango aseguró, *'Yo, como padre de familia, tengo mucho que ver con la educación de mis hijos, y en el primer lugar el temor de Dios. Sin Dios, el hombre no es nada. Es muy importante que les enseñemos a los hijos sobre Dios. Es el padre el que tiene la responsabilidad de educar a los hijos'*.

### Trabajadores de la salud

En Chisec, Alta Verapaz, y Xetzizi, Chimaltenango, los y las adolescentes resaltaron que los trabajadores de promoción sanitaria y trabajadores de la salud en los puestos de salud proporcionan consejos relacionados con nutrición. En sus talleres participativos, los adolescentes mayores en Chisec, Alta Verapaz (15-19 años) confirmaron que ellos solo van cuando *'Están enfermos, pero no tan seguido como las mujeres'*. Ellos manifestaron que los trabajadores de la salud les contaron sobre varias enfermedades como dengue y chinkungunya, y que les dijeron que tienen que *'Comer alimentos saludables sin mucha grasa, solo frutas y vegetales'* (declaración que se juntó con risas en el taller).

La información de salud es transmitida durante los controles prenatales, y las madres confirmaron que ellas reciben consejos de cómo prepararse para el parto, qué tipo de alimentos deben comer mientras están embarazadas, cómo cuidar a sus hijos y qué tipo de alimentos darles. Una madre en Chisec, Alta Verapaz, sugirió que comer mucho durante el embarazo es bueno, *'Cuando alguien se mantiene muy delgada, el bebé también va a ser delgado, y si la madre es grande, entonces el bebé también va a ser grande'*. Otra madre en Chisec, Alta Verapaz, relató que los trabajadores de la salud le enseñaron *'Cómo cuidar a sus hijos, cómo alimentarlos con yuca y papaya'*, también un líder comunitario de la misma área,

*Trabajadores de la salud nos dijeron que no es bueno darles comida chatarra a los niños y niñas, que todo lo que venden en las tiendas es malo y que solo les debemos dar lo que encontramos en el mercado. Nos dijeron que no es bueno pegarles a los niños y niñas cuando no comen, porque sus cuerpos están débiles y se pueden enfermar o estar 'desnutridos'.*

En Chisec, Alta Verapaz, las mujeres involucradas en el estudio informaron que los trabajadores de la salud también les aconsejaron que no tomen bebidas gaseosas que son tan populares en sus comunidades, *'Las bebidas están prohibidas de acuerdo con el centro de salud. Los trabajadores de la salud dicen que estas bebidas, como Super Cola, no tienen nada nutritivo, que tenemos que comer vegetales, sandía, manzanas, mangos y todo eso...'* Las adolescentes indígenas que estaban embarazadas o tienen hijos también identificaron a las *'comadronas'* como influenciadoras clave.

En Chisec, Alta Verapaz y Xetzizi, Chimaltenango, las adolescentes menores que no han pasado por un control prenatal no identificaron a los trabajadores de la salud (o a las comadronas) como influenciadores o como fuente de información, y no hablaron sobre asistir a los centros de salud. Las adolescentes menores manifestaron que ellas acuden a un centro de salud cuando tienen alguna necesidad específica pero no por cuidados preventivos o consejos de salud. Muchas están reacias a buscar cuidados de salud debido al riesgo que puedan relacionar su asistencia con algún consejo de salud sexual o reproductiva. Hasta cuando las adolescentes y mujeres jóvenes están embarazadas, algunas igual no se presentan al centro de salud. Una mujer embarazada de 21 años en Xetzizi, Chimaltenango, que esperaba a su primer hijo confirmó, *'Yo no he ido al centro de salud, y nadie me ha dicho cuándo va a salir esto [apuntando a su evidente bulto]'*.

La Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil (ENSMI) más reciente informó que de las mujeres de 15-49 años que han dado a luz en los últimos cinco años, el 86% ha visitado un centro de salud para servicios de APN más de cuatro veces durante el embarazo, y solamente el 3.3% nunca ha asistido a dichas citas. Hay solo una pequeña diferencia entre la asistencia de las áreas urbanas y rurales, con el 88.7% de las mujeres en áreas urbanas y el 84.6% de las mujeres en áreas rurales asistiendo a cuatro citas APN, sin embargo, las mujeres en áreas urbanas tienden a asistir antes en el embarazo (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017).

### Líderes comunitarios

En todos los sitios de estudio, pero especialmente en las comunidades rurales indígenas, los y las adolescentes resaltaron el poder e influencia de los líderes comunitarios. La mayoría de las veces, los líderes comunitarios son vistos como representantes de la comunidad y actúan como mediadores en tiempos de conflicto, así como ser una fuente de información. Sin embargo, no necesariamente se les considera fuertes defensores de los temas de la juventud.

El COCODE en cada área incluida en el estudio fue identificado como influyente. En especial en comunidades rurales con mecanismos de comunicación limitados, el COCODE es clave en la organización de las reuniones de la comunidad y en transmitir información cívica. El presidente del COCODE en un sitio de estudio explicó que, para llamar a reunión, él *'Camina por la comunidad utilizando un altoparlante y en menos de veinte minutos están todos en el salón del pueblo. Si lo hace la líder mujer, entonces en menos de treinta minutos están todos allí'*. Enfatizaron que los líderes juveniles ya deben ser nombrados en el COCODE.

Los adultos participantes observaron un papel importante de los líderes comunitarios en términos de apoyo a los y las adolescentes para que tengan una dieta más saludable y nutritiva. Los cuidadores en Chisec, Alta Verapaz, explicaron que muchos miembros de la comunidad quieren que el COCODE prohíba que las tiendas vendan *'malos alimentos'* a los y las adolescentes. Como concluyó una madre, *'No podemos mandar a nuestros hijos a las tiendas [por la comida mala que está a la venta], y eso no es bueno. Pero para la gente que tiene las tiendas, es trabajo para ellos, no podemos decirles que paren. Es el COCODE el que debe hacer que paren de vender cosas malas'*. Solamente una participante, una líder comunitaria bien educada en Chisec, indicó que los marcos legales tienen un efecto protector en el bienestar de los y las adolescentes. Ella se refirió a las medidas de protección para la niñez que *'Han evitado que la gente les pegue a sus hijos'*, pero no discutió cómo pueden los líderes comunitarios contribuir en el cumplimiento de dicha ley.

En contraste con sus cuidadores, solamente un pequeño número de adolescentes se refirieron a sus líderes comunitarios como influenciadores clave. El nivel de interacción directa de los líderes comunitarios y los y las adolescentes en su área de alcance depende fuertemente en la personalidad e interés del líder mismo. Un líder comunitario de Chisec, Alta Verapaz, un apasionado jugador de fútbol, explicó, *'Yo me comunico con los adolescentes. Este año tuvimos un partido de fútbol y ahora los adolescentes están satisfechos. Pero con las adolescentes estamos un poco atrás'*. Los adolescentes de esta comunidad hablaron con entusiasmo sobre el líder comunitario (*'Él es muy divertido'*). Una líder comunitaria en Chisec mencionó el efecto positivo que tienen los deportes en los adolescentes, pero confirmó que es más que difícil involucrar a las adolescentes en actividades deportivas, especialmente las mayores, dado a la falta de tiempo que tienen disponible después de terminar con sus tareas domésticas.

### Maestros

En Cerro Azul, Alta Verapaz, Xetzizi, Chimaltenango y Chisec, Alta Verapaz, dijeron que los maestros son figuras influyentes solo para los y las adolescentes menores, ya que la mayoría de los adolescentes mayores ya no asisten a la escuela. Durante un ejercicio participativo de fotografía en Chisec, los adolescentes menores tomaron fotografías de sus escuelas y en sus discusiones resaltaron que sus maestros *'Nos*



*enseñan cosas sobre la vida*'. Las adolescentes menores en Cerro Azul, Alta Verapaz, también confirmaron que los maestros los educan sobre *'Higiene y qué es bueno comer y qué no'*. En Maraxco, Chiquimula, informaron que las escuelas (e Iglesias) son las que proporcionan información básica de salud y nutrición, pero principalmente en el nivel primario. En Chimaltenango, las adolescentes que asistieron a sesiones de educación en Mi Especial Tesoro, un centro establecido para proporcionar educación a víctimas de abuso y es apoyado por una organización religiosa de los Estados Unidos, perciben a los maestros del centro como buenas fuentes de influencia.

### Propietarios de tierras

Como las adolescentes rara vez son empleadas fuera del hogar, la influencia de los propietarios de tierras y empleadores es relativamente específica para los adolescentes. Los cuidadores informaron que algunos dueños de pequeñas fincas (muchas veces los mismos miembros de su familia o miembros de su misma comunidad) les enseñan a los adolescentes a cultivar y trabajar la tierra (*'Dónde sembrar y dónde no'*, *'Cómo parar los hongos de las plantas'*), y conocimientos en forma de cascada sobre la producción de alimentos. Se entiende que es deber de las generaciones mayores enseñarles a los adolescentes a cómo *'Trabajar la tierra'*, y dicho conocimiento práctico es bien recibido y apreciado por los adolescentes. Es raro que los propietarios de las fincas grandes transmitan directamente dicho conocimiento técnico a sus empleados adolescentes, contratándolos únicamente por su trabajo físico en el lugar de apoyar el desarrollo de destrezas.

### **Panorama de medios y comunicación**

De acuerdo con *Open Society Foundation*, el panorama de medios en Guatemala todavía se encuentra 'subdesarrollado' (Avila 2014). Al estar limitada la electricidad en el país, la radio sigue siendo el único medio masivo disponible. La televisión ha incrementado su popularidad, aunque en muchos hogares, especialmente en las áreas rurales, no cuentan con una televisión, y las personas regularmente miran televisión en lugares comunales como tiendas o restaurantes (como se describe anteriormente, los y las adolescentes se ven obligados a comprar alimentos o comida chatarra de las tiendas y restaurantes para poder ver la televisión). La Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil (ENSMI) más reciente, informó que el 69% de la población mira televisión por lo menos una vez a la semana (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). En los últimos cinco años, más del 25% de los hogares han adquirido una televisión por primera vez, y en los hogares donde tienen televisión, se informó que las personas del hogar miran hasta siete horas diarias (Avila, 2014). Poseer una computadora personal con acceso a internet sigue siendo un privilegio de la minoría de la población, aunque los teléfonos inteligentes *'smartphones'* se encuentran ampliamente disponibles y los utilizan en áreas urbanas. Los usuarios urbanos menores de teléfonos celulares están utilizándolos cada vez más para acceder a las redes sociales, chatear con amigos y buscar información (Avila, 2014). Un estudio reciente concluyó que los teléfonos celulares se han vuelto 'indispensables' en Guatemala (IDS, 2017)

Como parte de la investigación, se condujo una encuesta de tecnología con 82 adolescentes y jóvenes participantes de entre 10 y 25 años (ver Tabla 8 a continuación). De los encuestados, el 55% eran mujeres y el 45% hombres, y el 85% tenían entre 10 y 19 años. Una mayor cantidad de niños adolescentes informaron utilizar el internet más frecuentemente que las niñas adolescentes, pero las adolescentes tienen mejor acceso a la radio, televisión y teléfonos celulares (ver Tabla 9 a continuación).

Los adolescentes acceden a internet en puntos de acceso públicos incluyendo 'cabinas públicas' (cafés internet públicos) o espacios públicos, como el parque en Chisec que tiene WiFi público. Las adolescentes solamente tienen acceso al internet en los teléfonos celulares que utilizan (a veces en secreto). Muchas veces les dan celulares a las adolescentes para que sus cuidadores puedan saber en dónde están y qué están haciendo cada momento del día. Debido a que las adolescentes trabajan en sus hogares, tienen mejor acceso a otros métodos de comunicación como la radio y la televisión, mientras que los adolescentes están regularmente fuera del hogar y por períodos largos ya sea en la escuela o el trabajo.

Tabla 8: Demografía de los y las adolescentes y jóvenes encuestados

Demografía		% de participantes (n=82)
<b>Género</b>	Masculino	55
	Femenino	45
<b>Etnia</b>	Q'eqchi	45
	Ladinos	18
	Indígenas	22
	Kaqchikel	13
	Sin respuesta	2
<b>Religión</b>	Atea	15
	Cristiana	22
	Evangélica	40
	Otras	23
<b>Estado civil</b>	Casado	5
	Unido	7
	Soltero	88
<b>Hijos</b>	Tiene hijos	7

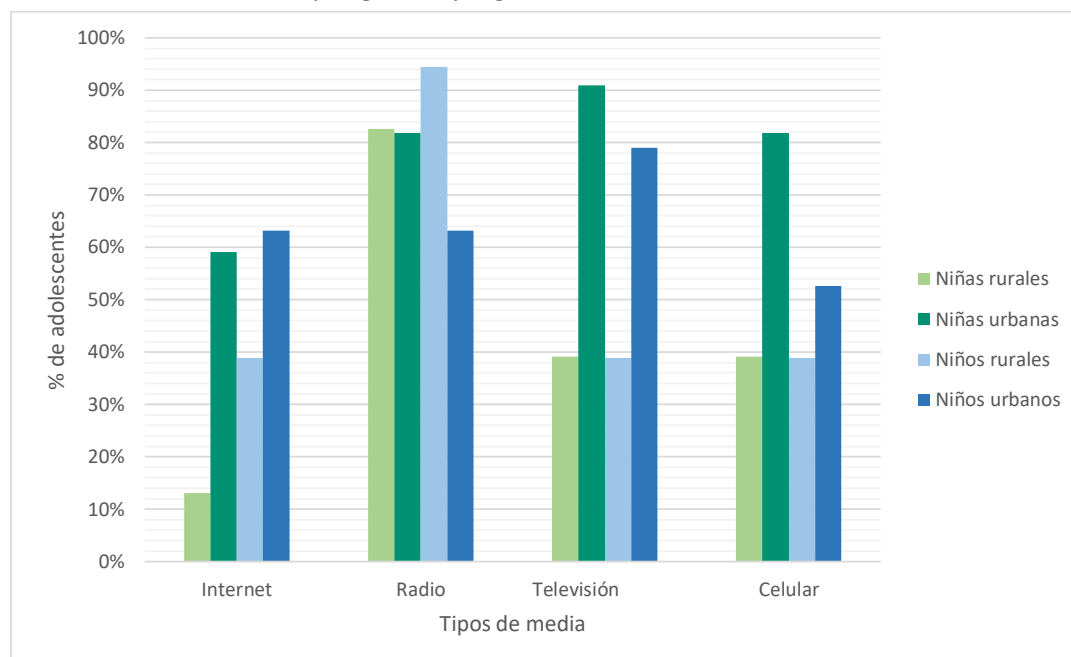
Tabla 9: Medios y comunicación utilizada por género y edad

Medios utilizados	% General (n=82)	% Hombres (n=37)	% Mujeres (n=45)	% 10-16 años (n=53)	% 17-23 años (n=29)
<b>Radio</b>	81	78	82	89	66
<b>Televisión</b>	72	65	73	66	38
<b>Internet</b>	43	51	36	30	66
<b>Teléfono celular</b>	54	46	67	49	72

Tabla 10: Medios y comunicación utilizada por lugar

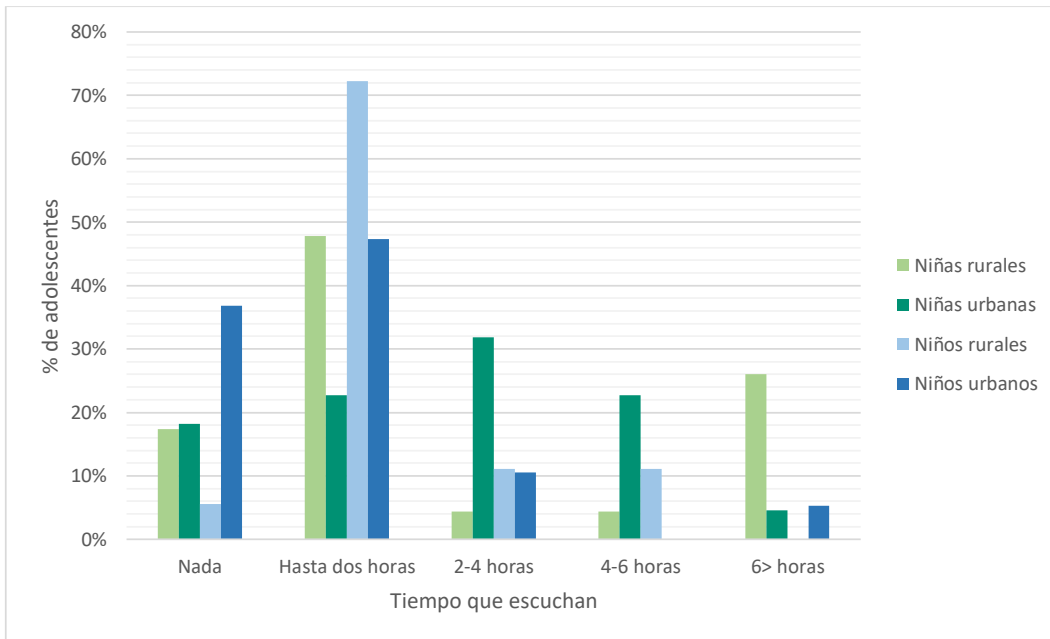
Medios utilizados	% General (n=82)	% Entorno urbano (n=41)	% Entorno rural (n=41)	% Alta Verapaz (n=42)	% Chimaltenango (n=40)
<b>Radio</b>	81	73	88	88	75
<b>Televisión</b>	72	85	59	46	93
<b>Internet</b>	43	61	24	17	70
<b>Teléfono celular</b>	54	68	46	34	83

Gráfica 1: Uso de medios por género y lugar

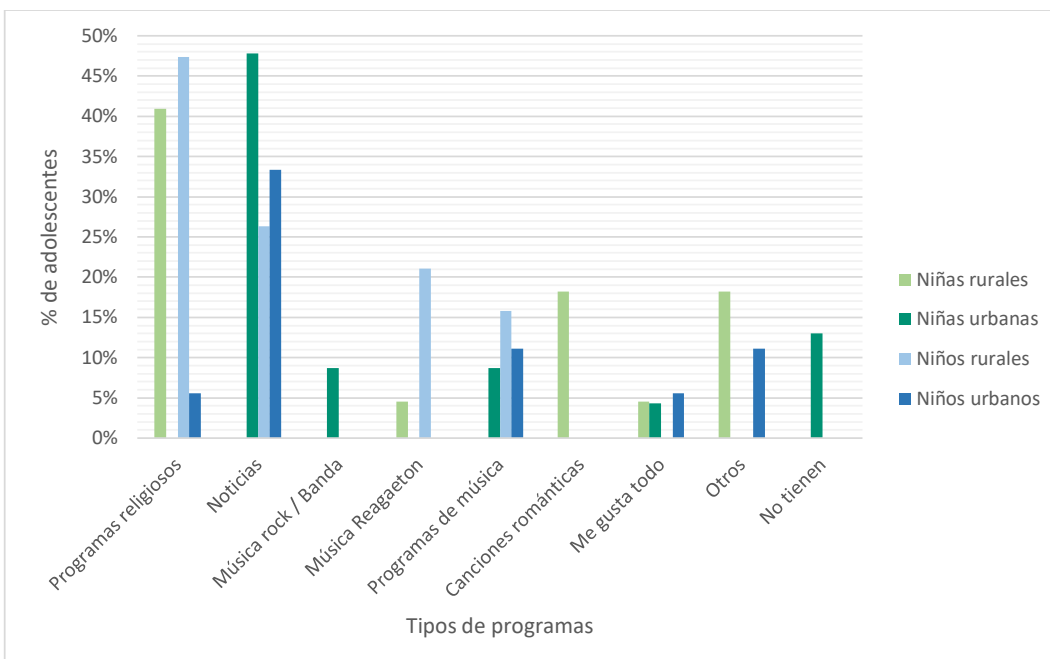


## Radio

Gráfica 2: Uso diario de radio por género y lugar



Gráfica 3: Géneros populares de programas de radio por género y lugar



La radio está ampliamente disponible para los y las adolescentes, tanto para los niños como para las niñas en lugares urbanos y rurales (ver Tabla 10). La mayoría de los encuestados informaron que escuchan la radio. De ellos, el 50% (n=33) indicaron que escuchan la radio todos los días, y el 24% (n=16) por lo menos dos veces por semana, los adolescentes más probablemente escuchan diariamente y las adolescentes cada pocos días. Las adolescentes pasan más tiempo escuchando la radio que los adolescentes, el 47% (n=21) de las adolescentes pasan más de dos horas al día escuchando la radio, comparado con el 19% de los adolescentes (n=7) y el 26% (n=6) de las adolescentes rurales escuchan más de seis horas al día. En cambio, una porción de los adolescentes urbanos (37%, n=7) informaron que no escuchan ninguna radio. Los encuestados que no escuchan radio, dijeron que no lo hacen porque no tienen acceso a ella, ya que

encuentran *'aburridos'* los programas que escuchan sus padres y en su lugar prefieren escuchar música en sus teléfonos.

Los que escuchan la radio regularmente escuchan noticias en la estación Emisoras Noticias, música (*'Me gusta el ritmo, me hace bailar'*) en estaciones como Alfa y Omega y Emisoras Unidas, y los canales religiosos en La Voz Católica y Radio San Benito. De acuerdo con participantes de los talleres, los y las adolescentes escuchan la radio para mantenerse actualizados con desarrollos políticos del país y los marcadores de fútbol (los adolescentes). También buscan consejo e información en los programas de radio, *'Porque ellos dan consejos sobre la vida, ellos comparten experiencias y entretienen a los que los escuchan'*.

Los y las adolescentes informaron que escuchan la radio solos (especialmente las adolescentes), con sus cuidadores y otros miembros de la familia (tanto niñas como niños), o con sus compañeros de trabajo (los adolescentes). Las adolescentes son más propensas a escuchar durante el día, en casa, mientras que los adolescentes escuchan temprano en la mañana y por la tarde (ej. antes y después de trabajar). En las áreas rurales, enfatizaron la influencia de las estaciones de radio comunitarias y confirmaron que las escuchan porque transmiten en sus propios idiomas.<sup>13</sup> Como concluyó *Open Societies Foundation* en su informe de 2014, *'Las organizaciones comunitarias y religiosas son activas creando contenido en diferentes idiomas, enfocados en audiencias locales'*. Esto lo respaldó un presentador de una radio comunitaria de Alta Verapaz involucrado en la investigación. Él concluyó, *'A las personas que escuchan les gustan los chistes, la manera en que les hablo... en su propio idioma'*.

### Televisión/video

Ver televisión es común en los sitios de estudio. En los lugares urbanos, el 81% de los encuestados confirmaron que miran regularmente (más en Chimaltenango comparado con otros sitios), y el 60% de los encuestados en las áreas rurales miran regularmente. La mayoría de los encuestados miran en sus hogares o en la casa de algún miembro de la familia o amigos. Es común que los adolescentes compren comida chatarra en las tiendas para poder ver las películas y los programas de televisión por cable en las televisiones de las tiendas.

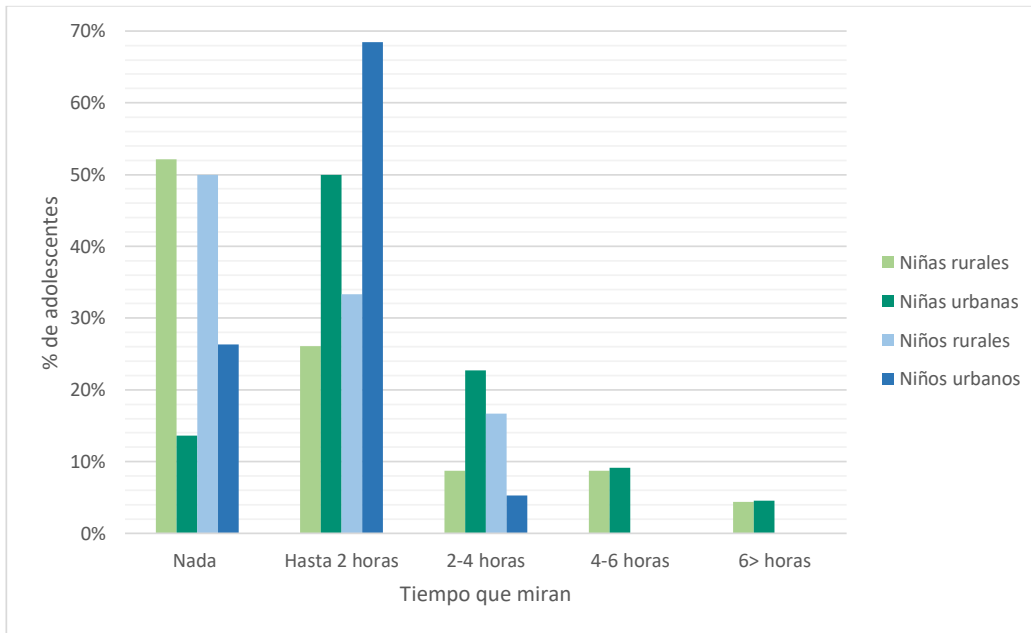
Muchos miran televisión solos (sobre todo los adolescentes), o con miembros de la familia (por lo general las adolescentes) regularmente por las tardes o noches. La mayoría de los encuestados miran entre 15 y 120 minutos al día, y las adolescentes informaron frecuentemente que los adolescentes que miran dos horas al día. Algunas adolescentes informaron que miran más de cuatro horas al día, regularmente mientras hacen sus tareas domésticas. Los programas que más frecuentemente ven son películas y noticias (tanto las como los adolescentes), caricaturas y otras animaciones (adolescentes menores), telenovelas (tanto las como los adolescentes, pero más las adolescentes).



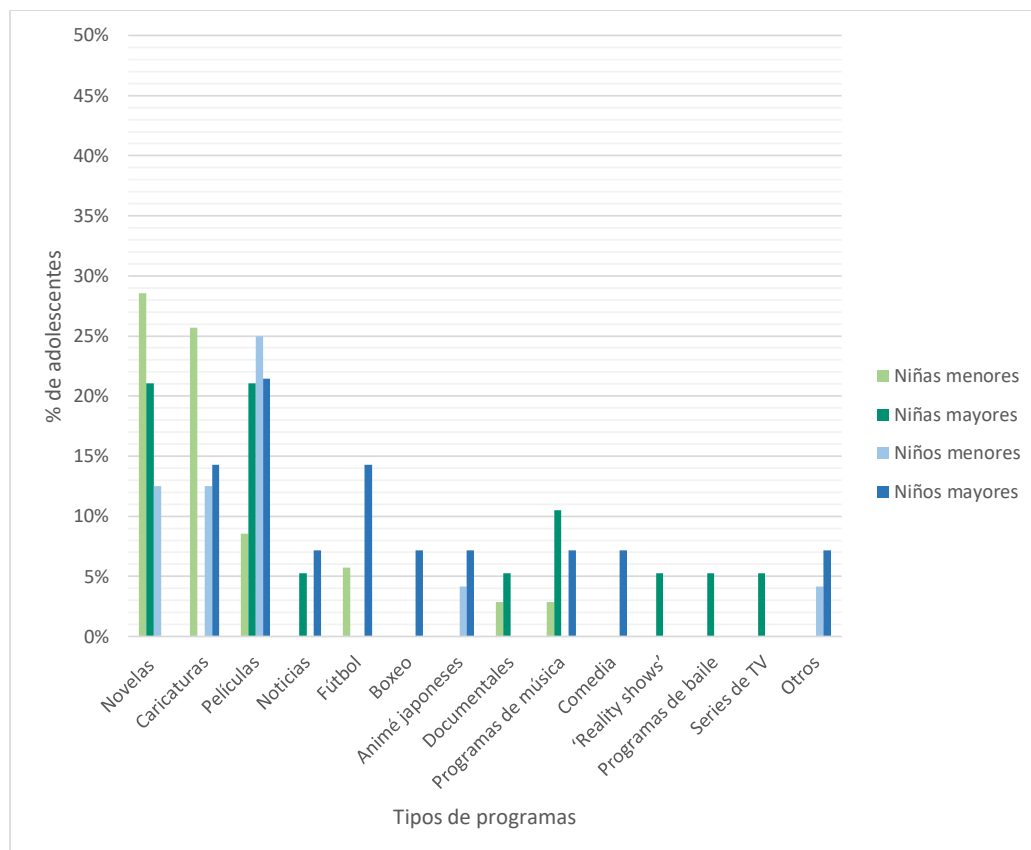
*Dibujo viendo televisión de una adolescente de 15 años, Chisec, Alta Verapaz (izquierda) y fotografía de una televisión en una tienda en Cerro Azul, Alta Verapaz donde los adolescentes se juntan en la tarde a ver películas.*

<sup>13</sup> En el tiempo de la recolección de datos, varias estaciones de radio comunitarias eran estaciones piratas las cuales el gobierno estaba tratando de cerrar (ver también Avila 2014). La reforma de ley de telecomunicaciones nacional en 2011, permitió que los medios de radiodifusión con frecuencias distribuidas legalmente las renovaran, pero no tuvo la capacidad de solucionar la situación con las radiodifusoras comunitarias sin frecuencias legales. El gobierno requiere que las estaciones comunitarias compren una licencia FM las cuales cuestan varios miles de USD.

Gráfica 4: Uso diario de televisión por género y lugar



Gráfica 5: Géneros populares de programas de televisión por género y edad



## Teléfonos celulares

El 59% (n=47) de los encuestados tienen acceso a un teléfono celular, pero solo el 25% (n=20) informaron que poseen uno (ver Gráfica 1 arriba). La mayoría de los y las adolescentes en los talleres participativos explicaron que ellos tienen acceso a un teléfono celular porque piden prestado el de sus amigos o familiares, pero el uso es monitoreado muy de cerca y el tiempo es limitado. Solamente 4 de las 90 adolescentes (4%) que participaron en los talleres en los sitios de estudio informaron que poseen un teléfono, comparado con 14 de los 72 adolescentes (20%). Las razones comunes para no poseer uno o tener acceso a un teléfono incluyen el costo ('*Es muy caro*'; '*Mis papás no tienen suficiente dinero*'); restricciones de edad ('*Mis papás no creen que tengo suficiente edad*'); y falta de conocimiento ('*No lo entiendo*').

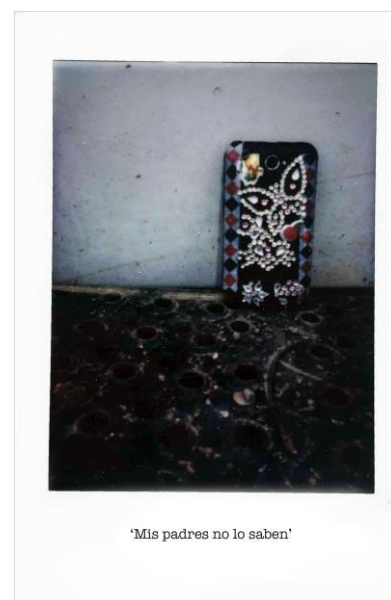
De los encuestados que tienen acceso a un teléfono, (el 59%, n=47), el 75% (n=35) tienen acceso a un '*smartphone*'. La mayoría usan una tarjeta sim ya sea de Tigo (63%, n=22) o Claro (31% n=11). Casi siempre, los encuestados usan sus teléfonos para comunicarse con amigos y miembros de la familia, enviando mensajes de texto. Hacen menos frecuentemente llamadas de voz (por el teléfono o a través de WhatsApp y Facebook).

Todos los encuestados que tienen acceso a un '*smartphone*' usan las redes sociales por su teléfono celular, mayormente Facebook, pero también WhatsApp. Un estudio reciente concluyó que '*Las llamadas se perciben como el medio para adultos*' (Ramírez 2017).

Los y las adolescentes de los talleres indicaron que utilizan sus teléfonos para chatear con sus amigos o para escuchar música o la radio. En el taller en Xzetzizi, Chimaltenango, dos de las diez adolescentes que participaron contaron que ellas hacen trabajo doméstico para otras en la comunidad así que pueden ahorrar dinero en secreto para comprar un teléfono. Ellas están preocupadas de que, si sus padres se enteran de que quieren un teléfono, se los prohíban. Al discutir por qué quieren los teléfonos, las razones más frecuentes manifestadas por las adolescentes fueron para chatear con amigas, ver videos en YouTube, buscar información para sus tareas, y tener acceso a internet para investigar '*asuntos de la vida*' relacionados con SSR, muchachos y amor.

En todos los sitios de estudio, el uso de teléfonos celulares de las adolescentes es monitoreado por sus cuidadores principales. Se percibe como arriesgado tener acceso a internet por medio de sus teléfonos y por ello ser parte de una red social más amplia. Como dijo una líder comunitaria en Chisec, Alta Verapaz, '*En el caso de las adolescentes, el peligro viene de muchas formas. Puede ser que tengan un novio a edad temprana, que caminen en las calles muy tarde, o que tengan un teléfono. El teléfono es el último 'infierno' para la gente [con hijos] aquí en Guatemala*'. Los cuidadores confirmaron que se sienten menos capaces de controlar '*novios secretos*' en el internet. No solo les preocupa la seguridad de las adolescentes, sino también el riesgo de que puedan hacer enlaces en línea, que las adolescentes hagan arreglos para reunirse con los adolescentes en secreto, involucrarse en relaciones prematrimoniales y quedar embarazadas. Los padres se muestran menos preocupados sobre los comportamientos en línea de los adolescentes ya que ellos no enfrentan las mismas restricciones relacionadas con el género y normas sociales que las adolescentes.

No todos los sitios de estudio tienen cobertura constante de teléfono. Por ejemplo, los y las adolescentes en Cerro Azul, Alta Verapaz, explicaron que tienen que caminar hasta veinte minutos para tener señal en un lugar más alto. Las áreas que tienen cobertura regularmente no son accesibles para las adolescentes porque, '*Es dónde todos los hombres van en la tarde*' y por eso se considera un espacio dominado por los hombres y es inapropiado para las adolescentes. Los adolescentes confirmaron que ellos a veces viajan a Chiquibul, un pueblo cercano que se sabe tiene mejor señal, para poder descargar música en sus teléfonos.



'Mis padres no lo saben'

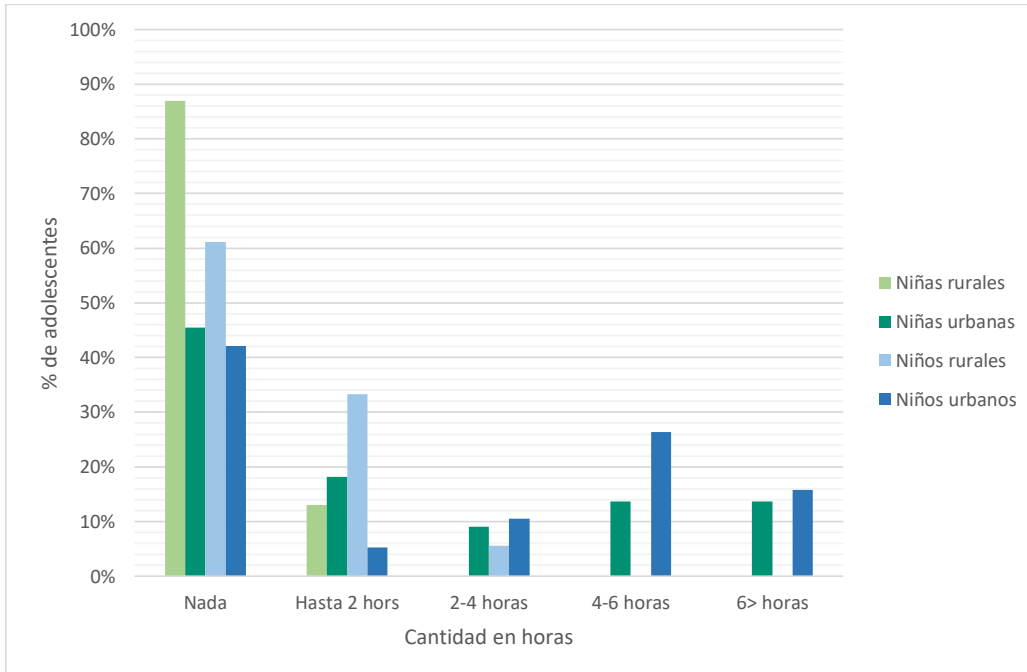
Fotografía de su teléfono '*secreto*', tomada por una adolescente de 19 años, Xzetzizi, Chimaltenango.



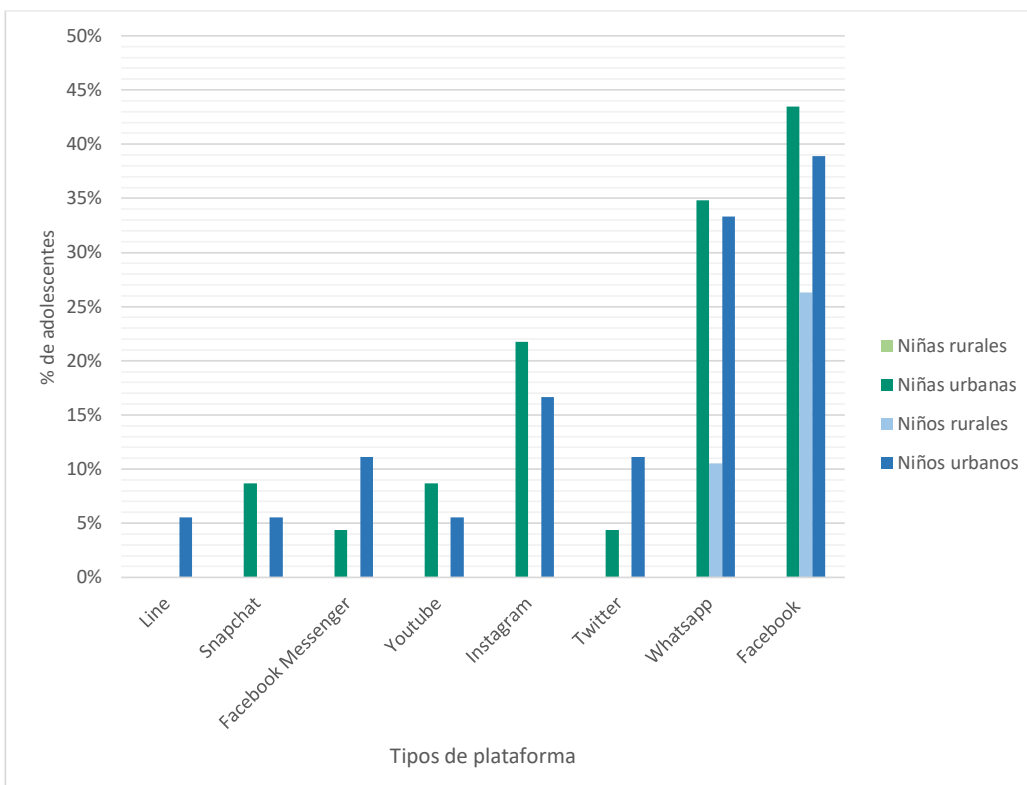
## Internet

Menos de la mitad de los encuestados usan el internet (43%, n=35). Las razones comunes para no usarlo incluyen problemas de acceso (no tener acceso a un 'smartphone' habilitado o a una computadora); costo ('Es muy caro'); permiso y riesgo ('Mis papás no me dejan estar en línea porque cosas horribles pasan en internet, como cuando publican a mujeres desnudas'); y limitaciones de tiempo. Aunque en Chisec, Alta Verapaz y en la Ciudad de Chimaltenango hay cafés internet, las adolescentes mayores encuestadas no los frecuentan, principalmente porque dichos lugares no son socialmente aceptados por la gran cantidad de niños adolescentes que 'andan allí' jugando video juegos (discutido a continuación). Los adolescentes que no usan los cafés internet informaron que no lo hacen por el costo que tiene conectarse.

Gráfica 6: Uso diario de internet por género y lugar



Gráfica 7: Plataformas de redes sociales populares por género y lugar



De los encuestados que utilizan el internet, alrededor de la mitad se conectan todos los días, regularmente en las tardes o noches y por entre dos y cuatro horas. La mayoría utilizan el internet solo, y solamente unos pocos se conectan junto con sus amigos. Casi todos (80%, n=28) acceden al internet por medio de un 'smartphone', ya sea en su propio teléfono, o un teléfono prestado de algún pariente o amigos y varios encuestados explicaron que ellos solo se conectan cuando hay dinero para saldo (regularmente solo una vez a la semana debido a los recursos limitados). Los adolescentes pasan más tiempo conectados que las adolescentes, y como es de esperarse, los y las adolescentes en las áreas urbanas se conectan más tiempo que en las áreas rurales.

Un poco más de niños adolescentes que niñas adolescentes pueden tener acceso a internet en la escuela secundaria o en áreas públicas con conexiones de WiFi. Otra vez, esto está relacionado al hecho que la movilidad de las adolescentes es más restringida, las supervisan más de cerca sus cuidadores, y muy pocas adolescentes están inscritas en la escuela secundaria. Los encuestados y los y las adolescentes participantes en los talleres que tienen acceso a internet indicaron que lo utilizan para entretenimiento; para conectarse a chatear con amigos y familiares (incluyendo miembros de la familia que han migrado a otro país); para ver fotografías; mirar películas; y para buscar información, tanto para el trabajo de la escuela como para cualquier otra cosa. Los sitios web más visitados son Google (utilizado para buscar información y material para las tareas de la escuela) y Facebook (para chatear con amigos, mirar fotos, o leer las noticias). Otras aplicaciones de redes sociales informadas frecuentemente son WhatsApp (para chatear con amigos) e Instagram (para publicar y ver fotos). Todos los encuestados, principalmente las adolescentes, indicaron que su comportamiento en línea es supervisado y monitoreado todo el tiempo por sus cuidadores.

### Video juegos

En todos los sitios de estudio, los adolescentes menores (10-14 años) que participaron en los talleres indicaron que juegan video juegos en cafés internet públicos, excepto en Cerro Azul, Alta Verapaz, donde no hay cafés internet. Este es una fuente importante de entretenimiento debido a la falta de dicho equipo en los hogares. Uno de los participantes del taller en Chisec, Alta Verapaz, gana un pequeño sueldo por cuidar un salón de video con un XBOX en el que 'Los adolescentes juegan FIFA y 'Mortal Combat'. Cuesta 5 quetzales (0.70 USD) jugar una hora con un solo control, y 10 quetzales (1.40 USD) para dos controles. El costo de un juego regularmente se comparte entre varios adolescentes. Los adolescentes de familias con más dinero reciben dinero de sus cuidadores para jugar estos juegos y es común encontrar a un grupo de adolescentes alrededor de una computadora viendo jugar a otros.



'El café dónde juego'

Fotografía tomada por un adolescente de 16 años, Chisec, Alta Verapaz

### **Programas para adolescentes**

El panorama de análisis mapeó programas que llevan actividades a los y las adolescentes en los siguientes sectores: salud sexual y reproductiva de adolescentes; medios de vida; agricultura; educación; protección social; participación y nutrición.<sup>14</sup> La mayoría de los programas no se implementan a gran escala y regularmente tienen solamente cobertura local. El ejercicio de mapeo reveló varios canales de entrega que se han utilizado efectivamente por los implementadores de los programas para llegar a los y las adolescentes. Con la reciente entrada del sector de nutrición al espacio de programas para adolescentes, hay una valiosa oportunidad de aprovechar las buenas prácticas y las lecciones aprendidas de otros

---

<sup>14</sup> Los resultados del ejercicio de mapeo se guardaron en una hoja de cálculo de la base de datos que se entregó al PMA en la conclusión de la investigación.

programas, y en paralelo, integrar intervenciones de nutrición basadas en evidencia de los programas modelo exitosos.

La Tabla 12 (al final del capítulo) proporciona un resumen de los programas para adolescentes reportados durante el mapeo de actores clave. Algunas tendencias son evidentes. Los y las adolescentes menores son alcanzados a través de intervenciones en la escuela. La mayoría de los programas proporcionan servicios globales para toda la familia, pero se enfocan principalmente en las mujeres embarazadas y niños y niñas menores de 5 años, o en hombres agricultores adultos. Los adolescentes mayores se incluyen accidentalmente en los servicios de apoyo a la agricultura, y las adolescentes mayores se incluyen en los servicios relacionados cuando están embarazadas. Cuando los y las adolescentes son los beneficiarios directos hay una tendencia a programas de salud sexual y reproductiva para las adolescentes, y un enfoque fuerte en programas de defensa de los derechos y de promoción de concientización en el lugar de servicios reales de aplicación directa. En el momento de la investigación, una cantidad de programas estaban o acababan de estar activos en los sitios de estudio.

**Abriendo Oportunidades:** En Chisec, Alta Verapaz, el Consejo de la Población implementó el programa Abriendo Oportunidades, enfocado en las adolescentes (ver casilla a continuación). Una encuesta cuantitativa de hogares en el 2011 mostró que el 97% de las líderes adolescentes entrenadas bajo el mismo programa permanecían solteras durante el ciclo del programa, e indicó que su sentido de autoeficacia, así como autoestima había incrementado significativamente debido al programa (ver casilla a continuación). Desde que el programa se terminó en 2015, ningún otro programa ha ofrecido actividades específicamente para las adolescentes en Chisec, Alta Verapaz. En Cerro Azul, Alta Verapaz, no había organizaciones trabajando con adolescentes o específicamente con niñas. Se informó que ONGs incluyendo Mercy Corps han trabajado anteriormente en la comunidad en temas incluyendo matrimonio infantil y empoderamiento económico. Ninguna actividad se estaba implementando en el tiempo del estudio, a pesar de que un líder comunitario indicó que, en 2018, el Consejo de la Población empezaría un club de adolescentes como parte de su programa Abriendo Oportunidades.

**Mi Especial Tesoro:** En la Ciudad de Chimaltenango, las adolescentes involucradas en el estudio son parte de Mi Especial Tesoro, un programa que tiene como objetivo proporcionar otras alternativas a las adolescentes en riesgo de entrar en prostitución debido a la extrema pobreza. Implementado por una organización caritativa cristiana fundada por donaciones de congregaciones principalmente de los Estados Unidos, esta proporciona protección, educación y servicios de salud y les brinda refacciones para complementar regularmente los alimentos limitados que las adolescentes consumen en casa.

**Renacimiento:** En Xetzizi, Chimaltenango la ONG 'Renacimiento' ha trabajado con las adolescentes desde 2011 organizando actividades recreacionales que se enfocaron en el empoderamiento. También ofrecen clases de manualidades tales como bordado para que las adolescentes indígenas puedan aprender una destreza y ganar un grado de independencia financiera.

**Madres guías:** 'Las 'madres guías' son voluntarias de la comunidad a las que apoya el Ministerio de Desarrollo Social (MIDES) para entrenar en forma de cascada a sus comunidades sobre nutrición, agricultura y salud, y para fomentar el desarrollo social. En Maraxco, Chiquimula, el PMA trabajó con estas voluntarias de la comunidad durante la cumbre de la sequía para brindarles entrenamiento de emergencia relacionado con nutrición sana, empoderamiento y bienestar. Estas trabajadoras de primera línea movilizan a otras mujeres a nivel comunitario para que transmitan en cascada los conocimientos relacionados con nutrición. El programa lo implementó inicialmente el MIDES en 2013 y lo apoyó el PMA en 2015. Las lecciones aprendidas de esta iniciativa informaron a las actividades de educación de la salud duraderas del PMA que se debían mejorar las prácticas de alimentación de los infantes y niñez en los departamentos del altiplano donde el retraso en el crecimiento sigue siendo un gran problema (Sololá, Totonicapán y Chimaltenango).

Los encuestados y los participantes en los talleres también resaltaron varios mecanismos y plataformas organizadas en las cuales ellos se involucran que incluyen grupos en la escuela; grupos de jóvenes en

la Iglesia; y clubes deportivos (casi siempre clubes de fútbol y grupos de basquetbol). Estos grupos regularmente se reúnen una vez a la semana y a veces más. La importancia del fútbol y otras actividades deportivas también la enfatizaron los y las adolescents en los talleres participativos en los sitios de estudio. Por ejemplo, en Chisec, Alta Verapaz, los adolescents menores y mayores indicaron que el fútbol es para ellos una manera de conocer a otros adolescents, y como un adolescente mayor recalzó, *‘Nosotros no entrenamos, solo nos comunicamos, organizamos un partido en una cancha de fútbol, y jugamos una ‘Chamusca’*. En Guatemala *‘Chamusca’* significa un juego de fútbol informal entre amigos, pero regularmente altamente competitivo.

### **El programa Abriendo Oportunidades, Chisec**

En Chisec, los líderes comunitarios y adolescents hablan con pasión sobre los efectos del programa Abriendo Oportunidades para las adolescents que maneja el Consejo de la Población. El programa se diseñó para mejorar las redes de apoyo social de las adolescents mayas, y para brindarles entrenamiento profesional práctico y experiencia. Los facilitadores del programa (quienes establecieron una red independiente de líderes indígenas jóvenes con ex beneficiarias del programa que se llama *‘Mentoras de Chisec’*), informaron los efectos positivos que tuvo el programa en las adolescents inscritas en las actividades en Alta Verapaz. Un facilitador recordó, *‘Las adolescents eran menos tímidas para participar en las clases, incrementaron sus conocimientos sobre la salud sexual y reproductiva y obtuvieron mejores resultados en la escuela’*. De igual manera, una líder comunitaria confirmó, *‘El único programa que ha ayudado a las adolescents aquí en Chisec ha sido Abriendo Oportunidades’*.

De acuerdo con líderes jóvenes locales, los aspectos del currículo se diseñaron para hacer que las participantes adolescents tuvieran más conciencia de su propio bienestar y de su salud y nutrición, y les dio herramientas para *‘tomar decisiones saludables’*. El currículo incluyó componentes de autoestima, derechos de género y prevención de la violencia. En 2016, el programa sumó un módulo en agricultura, el cual, de acuerdo con los facilitadores era implementado exitosamente y bien recibido. Un facilitador explicó, *‘Las adolescents aprendieron a cultivar, para que tuvieran una buena nutrición. También aprendieron el ‘método del ciclo de la luna’ que sabían sus ancestros...’* (un método indígena para sembrar los cultivos de acuerdo con el ciclo lunar (Lea 2017)). Según algunas mujeres jóvenes que participaron en el programa, ellas también se beneficiaron del entrenamiento financiero. Una adolescente relató, *‘Nosotras podíamos hablar sobre nuestras necesidades y deseos, y de lo que podríamos hacer algún día si ahorrábamos dinero... y si nuestros padres nos daban dinero. Ellos [los facilitadores] explicaban que era diferente ‘querer’ comer Tortrix y Coca Cola que realmente ‘necesitar’ comerlos’*.

Al discutir los aspectos clave del programa, las mentoras jóvenes enfatizaron que otras organizaciones que trabajan con las adolescents deben reconocer lo difícil que regularmente es para las adolescents asistir a estas actividades por las otras prioridades y obligaciones que deben cumplir con su tiempo incluyendo hacerse cargo del hogar, estudiar, o las obligaciones de la Iglesia. También recalcaron la importancia de trabajar con los hombres y con los adolescents de la comunidad para que ellos entiendan el programa y les den permiso a las adolescents de asistir y que *‘sean empoderadas’*. Para involucrar a los hombres y los adolescents, las actividades deben ser *‘Cerca de sus hogares, y en la tarde, de cuatro a seis de la tarde, después de su trabajo’*. La distribución de bicicletas a las adolescents inscritas en el programa se consideró altamente efectiva. Solucionó significativamente las barreras de accesibilidad al permitir que las adolescents fueran y vinieran de la escuela y de las actividades del programa, y de esa manera ahorrándoles una considerable cantidad de tiempo y de dinero asociado con costos de transporte.

En el tiempo de la recolección de datos (julio 2017) el programa ya no estaba operando en Alta Verapaz y las actividades acabaron. Sin embargo, los actores clave indicaron que se estaban llevando a cabo algunas prácticas para seguir con el involucramiento, y que esperaban que el programa volviera a empezar en los próximos meses.

## Preferencias para el involucramiento

Es esencial entender cómo involucrar efectivamente a los y las adolescentes para evaluar cómo se pueden llevar las intervenciones específicas de nutrición y sensibles a la nutrición y que se relacionen mejor con otros componentes de la 'ecuación de la adolescencia'. Influenciadores clave, modos de involucramiento, canales de entrega – los mecanismos, pero también el tono del involucramiento es crítico. Durante el estudio, claramente resaltaron sus prioridades y necesidades relacionadas con el involucramiento.

- *'Vengan a nosotros, adaptense a nuestros estilos de vida'* – Los y las adolescentes enfatizaron la importancia de la accesibilidad. Ellos y ellas prefieren que se les *'encuentre'* en lugares donde ya frecuentan con sus amigos, en las tardes o noches después de terminar su trabajo (trabajo de la casa o empleo) o día de escuela.
- *'Usen nuestros grupos, no nos agrupen'* – Debido a que sus mundos sociales son más restringidos, las adolescentes recalcan la importancia de crear oportunidades para reunirse con sus pares, y ellas quieren *'grupos solo de niñas'*. Sin embargo, por sus diversas experiencias, recalcan que las niñas que asisten a la escuela tienen diferentes grupos sociales que las que no asisten a la escuela, así como las que ya se casaron y tienen hijos y las que no. Se deben diseñar actividades para dichos grupos que incluyan intervenciones de nutrición.
- *'Háganlo entretenido'* – Dijeron que quieren estar involucrados de una manera entretenida, *'no solo nos den sermones, eso es aburrido'*. Recomendaron utilizar música, diferentes medios y actividades deportivas como gancho positivo para involucrar adolescentes.
- *'Muéstrannos experiencias reales'* – En todos los sitios de estudio enfatizaron su deseo de tener actividades para gente joven facilitadas por líderes jóvenes cercanos a ellos en edad y nivel socioeconómico, que hayan tenido experiencias y retos similares al crecer.
- *'Pregúntennos, inclúyannos'* – Hicieron énfasis en que no quieren que *'solo les digan'*, sino entender *'el porqué'*. Quieren estar involucrados de una manera participativa y estar envueltos en los procesos de toma de decisiones claves para que sus voces sean escuchadas y sus opiniones reconocidas.
- *'Hablen nuestro idioma'* – Destacaron que no son un grupo uniforme y que se debe involucrar de la manera más apropiada a los niños y niñas, adolescentes mayores y menores y a aquellos de diferentes comunidades. Los y las adolescentes menores sugirieron que se les aborde de una manera *'entretenida'*, mientras que los y las adolescentes mayores enfatizaron la importancia de hablar su idioma, no solamente en términos de dialectos locales, sino también de captar los coloquialismos y tendencias actuales.
- *'Incluyan a las personas que nos rodean'* – Ya que los cuidadores desempeñan un rol importante como guardianes en sus vidas, los y las adolescentes enfatizan que las iniciativas dirigidas a su involucramiento también deben involucrar a sus familias. Las niñas recalcan que ellas no tienen el mismo poder de toma de decisiones que los niños y sugieren que se apoye a las niñas para negociar con sus familias para facilitar su participación en las actividades.
- *'Con la alimentación, necesitamos energía ahora...'* – Informaron que su prioridad es tener energía para asegurarse que pueden cumplir con su carga de trabajo diaria. Confirmaron su preferencia por alimentos *'rápidos'*, *'que den energía'*, *'a la moda'* y *'que llenen'*. Probablemente adquieren alimentos que les dan energía inmediata y que se relacionan con la identidad social que desean. Este enfoque del presente debe ser analizado cuidadosamente para los programas de nutrición de adolescentes y para crear oportunidades para establecer tendencias nuevas y saludables.
- *'Fórmennos para el futuro'* – Enfatizaron la importancia de involucrar holísticamente a los y las adolescentes, proporcionando información de salud y nutrición junto con los servicios de salud sexual y reproductiva, entrenamiento vocacional y manejo financiero. Plantearon que este acercamiento puede abordar *'todos los retos que enfrentamos en nuestras vidas'*, al darles destrezas interrelacionadas de vida y subsistencia.



Tabla 11: Programas para adolescentes presentados durante el mapeo de actores clave

Tema	Canal de entrega	Alcance del involucramiento	Grupo objetivo	Aliados clave
Aporte de información de salud	Madres guía de las comunidades	Información de nutrición y salud para la niñez menor de 5 años proporcionada a las madres guía quienes reúnen a otras madres en su comunidad.	Madres incluyendo madres adolescentes	Visión Mundial, Catholic Relief Services, Mercy Corps, FAO, WFP.
	Trabajadores de promoción sanitaria, salud y nutrición	Proporcionar a los adolescentes información relacionada con SSR y nutrición	Adolescentes y madres adolescentes	Plan Internacional, SESAN, MSPAS, Wings Alas, Tula Salud
	Educación de pares	Las adolescentes transmiten en forma de cascada a otras adolescentes información de salud y entrenamiento de liderazgo	Niñas adolescentes	Plan Internacional, UNICEF, Wings Alas, Tula Salud
	Teléfonos celulares	Entrega y recolección de información de salud por medio de plataformas en los teléfonos celulares	Familias, indirectamente adolescentes	PMA (Agri Up), Wuqu' Kawoq, Tula Salud
	Campañas de información en escuelas	En Salud Sexual y Reproductiva y Derechos también otros temas relacionados con salud y nutrición, así como la importancia de la educación de las adolescentes	Adolescentes menores	UNFPA, PLAN, UNICEF, MINEDUC
	Medios masivos y digitales	Distribución nacional de información y materiales educativos sobre nutrición y salud	Jóvenes y adolescentes	UNICEF, UNESCO, CONALPHA, IGER
	U-report	Instrumento de encuestas enfocado en obtener información de las realidades vividas por jóvenes y adolescentes en Guatemala	Jóvenes y adolescentes	UNICEF
Prestación de servicios de salud	Médicos practicantes tradicionales y enfermeras auxiliares	Prestación de cuidados culturalmente apropiados para adolescentes indígenas	Población general incluyendo adolescentes	MSPAS
	Clínicas móviles	Asesoramiento y suministro de anticonceptivos temporales y permanentes a la comunidad	Población general incluyendo adolescentes	Wings Alas
	Espacios de salud amigables para adolescentes	Prestación de servicios sensibles a edad y género a los adolescentes en lugares de cuidados de la salud primarios en Guatemala	Adolescentes	UNICEF, MSPAS
	Suministro de anticonceptivos	Suministro de anticonceptivos a adolescentes	Adolescentes	MSPAS, OPS/OMS
Distribución de dinero / alimentos	Transferencias de dinero	Transferencias de dinero para servicios de salud, nutrición y educación	Familias vulnerables, llegando indirectamente a adolescentes que viven en casa, o aquellos que ya tienen sus propias familias	MIDES
	Paquetes de alimentos	Paquetes de alimentos para reducir la pobreza y riesgo social en áreas urbanas	Familias vulnerables, llegando indirectamente a adolescentes que viven en casa o aquellos que ya tienen sus propias familias, incluyendo madres solteras	MIDES, MSPAS

Distribución de dinero / alimentos	Distribución de alimentos en comedores	Suministro de alimentos a través de albergues en casos de emergencia	Familias vulnerables, llegando indirectamente a adolescentes que viven en casa	MIDES, MSPAS
	Suplemento de micronutrientes	Suministro de micronutrientes a la niñez menor de 5 años	Madres incluyendo madres adolescentes	Visión Mundial, USAID, PMA, MSPAS
	Comidas en la escuela	Suministro de nutrición saludable a adolescentes en las escuelas	Adolescentes que asisten a la escuela	Catholic Relief Services, PMA, MINEDUC
	Hogares de cuidado alternativo	Suministro de alimentación diaria a huérfanos y niños o niñas involucrados en casos de protección de la niñez	Adolescentes	UNICEF, Aldeas Infantiles SOS
	Huertos comunitarios	Apoyar a la comunidad con cultivos para alimentar a los y las adolescentes de la comunidad	Agricultores, indirectamente adolescentes que viven en casa	<b>Visión Mundial</b>
Generación de ingresos	Monitoreo de cultivos por medio de boletines en línea	Proporcionar información sobre sequía, lluvia y precios de Mercado de los cultivos	Cabezas del hogar, indirectamente agricultores adolescentes	MAGA
	Entrenamiento vocacional	Entrenamiento vocacional como por ejemplo bordado, manualidades, agroindustria	Cabezas del hogar y adolescentes (mujeres para manualidades, hombres para agroindustria)	CARE, Red Juvenile Municipal, MINEDUC, MPSA, FAO
	Apoyo a la agroindustria	Agrosilvicultura, diversificación, entrenamiento, escuelas agrarias	Agricultores, incluyendo indirectamente adolescentes	Catholic Relief Services, Mercy Corps, Oxfam, USAID, FAO
	Grupos de ahorros para familias	Ahorrar fondos para situaciones de emergencia o para obtener pequeños préstamos cuando hay mala cosecha.	Agricultores, indirectamente adolescentes que viven en casa	Catholic Relief Services
	Red de liderazgo juvenil	Adolescentes proporcionando retroalimentación en políticas nacionales y diseñando campañas de concientización	Jóvenes y adolescentes	UNFPA, PNUD
	Talleres de liderazgo	Talleres con niñas adolescentes donde se les enseñan sus derechos y destrezas de liderazgo	Niñas adolescentes	PLAN
	Defensa de la igualdad de género	Defensa de los derechos de la mujer y la posición de las mujeres agricultoras en Guatemala y en contra de la violencia de género	Mujeres y las adolescentes mayores	Oxfam, UNMUJERES, DEMI
	Educación de par a par	En la importancia de la educación y asistir a la escuela	Adolescentes	PLAN, UNESCO
Defensa y liderazgo	Red de liderazgo juvenil	Adolescentes proporcionando retroalimentación en políticas nacionales y diseñando campañas de concientización	Jóvenes y adolescentes mayores	UNFPA, PNUD
	Talleres de liderazgo	Talleres con niñas adolescentes donde se les enseñan sus derechos y destrezas de liderazgo	Niñas adolescentes	PLAN
	Defensa a la igualdad de género	Defensa de los derechos de la mujer y la posición de las mujeres agricultoras en Guatemala y en contra de la violencia de género	Mujeres y las adolescentes mayores	Oxfam, UNMUJERES, DEMI
	Educación de par a par	En la importancia de la educación y asistir a la escuela	Adolescentes	PLAN, UNESCO
	Espacios seguros	Clubes comunitarios para las adolescentes donde aprenden destrezas prácticas para la vida, financieras y de agricultura	Niñas adolescentes	Consejo de Población, CARE, MINEDUC, MSPAS, UNICEF

## Conclusiones y recomendaciones

---

Actualmente, el mundo cuenta con la generación más grande de personas de 10-19 años en la historia (UNFPA 2017). Como grupo de población, se asocian problemas únicos de salud y necesidad con adolescentes y como grupo objetivo requieren intervenciones específicas de nutrición. Hay evidencia clara de las crecientes desigualdades entre adolescentes y jóvenes dentro y entre países. Las exigencias que enfrenta la gente joven son nuevas y sin precedente y aquellos que viven en pobreza tienen que afrontar mayores desventajas. Con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, el panorama de políticas mundiales ha cambiado y se están reconociendo a los adolescentes como una población importante que merece mayor visibilidad y atención.

El estudio reunió nuevos datos empíricos en Guatemala de las experiencias, necesidad y prioridades de los y las adolescentes sobre su salud, nutrición y desarrollo sostenible, y estableció sus preferencias de involucramiento en diferentes contextos. En conclusión, se realizaron una serie de recomendaciones centradas en el usuario en relación con fortalecer su visibilidad; influenciar la nutrición; involucrar a los y las adolescentes; las plataformas para el involucramiento y los puntos de entrada para alianzas estratégicas. Al final del capítulo se presenta una tabla del resumen que recopila las implicaciones clave de las políticas y los programas.

### Aumentar la visibilidad de los y las adolescentes

- Casi un cuarto de la población en Guatemala es adolescente, pero son en gran medida invisibles en las políticas. La malnutrición en adolescentes es un reto a gran escala, y como subpoblación con necesidades nutricionales únicas, se les está dejando atrás. Guatemala debe considerar aplicar la perspectiva de los y las adolescentes a las políticas y programas existentes. Se necesitan actividades de apoyo enfocadas para motivar a los actores clave a comprometerse con las intervenciones para este grupo.
- A nivel nacional, los diferentes sectores utilizan varias definiciones de adolescencia, y al hacerlo, las necesidades de los adolescentes tienen riesgo de ser diluidas o caer en las brechas de las políticas y programas. Las políticas y los planes estratégicos clave rara vez mencionan a los y las adolescentes y no se asigna ningún presupuesto para la nutrición adolescente, el resultado de esto son programas limitados para este grupo.
- Las definiciones de adolescencia a nivel nacional no son consistentes con las definiciones utilizadas a nivel comunitario. Como resultado de esto, algunos adolescentes se identifican a ellos mismos de maneras que les impiden buscar servicios orientados a los jóvenes. Las intervenciones tienen que ser sensibles a variables como la edad, género, nivel socioeconómico, experiencias o etapas de vida, medios de subsistencia y etnia. El involucramiento efectivo tiene que dirigirse a los grupos como se definen y entienden a nivel comunitario.
- ‘Adolescentes’ no se debe interpretar como un grupo homogéneo o estándar. Dentro de este grupo de edad, se presentan diferentes etapas de la vida y se les debe tomar en cuenta. De la misma manera, los y las adolescentes están sujetos a una variedad de factores socioeconómicos y contextuales que les dan forma a sus realidades vividas. Estos subgrupos no son mutuamente exclusivos, más bien, un adolescente puede pertenecer o identificarse a sí mismo con varios grupos simultáneamente y a través del tiempo. Si se adopta un acercamiento diseñado para el usuario, entonces las intervenciones tienen que ser desarrolladas de una manera sensible o específica para la edad, género y contexto.

### Influenciando la nutrición de los y las adolescentes

- Cuando se toma a los y las adolescentes como la unidad central de análisis, es muy claro que en Guatemala este grupo es afectado de una manera única a través de la ‘triple carga’ (la presencia de peso insuficiente, sobrepeso y deficiencias de micronutrientes en la misma población). La adolescencia

brinda una 'segunda ventana' para mejorar la nutrición y salud de la población al promover un desarrollo óptimo y prevenir enfermedades crónicas relacionadas con la dieta en la adultez.

- Los programas dirigidos a los y las adolescentes deben tomar en cuenta los retos nutricionales que se enfrentan en diferentes ambientes contextuales, y el impacto que esto tiene en su crecimiento, desarrollo y bienestar integral. Los hábitos alimenticios complejos y pobres son el problema básico tanto de la desnutrición como de la sobre nutrición.
- Incrementar la comunicación e información solamente sobre la nutrición no mejorará los comportamientos de los y las adolescentes relacionados con la alimentación o salud. En cambio, las intervenciones deben adoptar un acercamiento basado en sistemas que aborden las necesidades nutricionales de los y las adolescentes en el contexto de y en combinación con otros componentes claves de sus vidas. La comunicación e información deben combinarse con mejor acceso a alimentos saludables y otros servicios.
- Reducir la pobreza al incrementar las oportunidades de generación de ingresos que aumentan el nivel económico del hogar es clave, pero dichas oportunidades se deben diseñar de una manera que motiven la asistencia a las escuelas. Para los y las adolescentes que son mayores o que no asisten a la escuela, el entrenamiento vocacional que desarrolla destrezas de negocios y proporciona recursos tales como equipo para poner en marcha, es un camino importante para el involucramiento constructivo.
- Al abordar las prácticas de agricultura de los y las adolescentes y sus hogares, se debe adoptar una perspectiva de agronutrición. Se deben desarrollar conocimientos, destrezas y recursos para sistemas de irrigación efectivos y eficientes, almacenaje después de la cosecha y análisis de problemas de acceso de tierras. Las nuevas metodologías de agricultura urbana (ej. huertos en bolsas) pueden ser particularmente relevantes y atractivas para los y las adolescentes que residen en áreas urbanas o periurbanas.
- Para abordar la nutrición de los y las adolescentes se requiere un acercamiento basado en sistemas que considere normas sociales restrictivas, problemas de salud sexual y reproductiva incluyendo matrimonios tempranos y embarazos en adolescentes, y acceso a educación. Estos son componentes críticos relacionados a la mejora del estado nutricional y bienestar.

### **Involucramiento de los y las adolescentes**

- Como beneficiarios principales, los y las adolescentes deben ser involucrados como participantes activos en el diseño, implementación y monitoreo de las intervenciones. Los programas deben ser sensibles a las necesidades, preferencias y prioridades. Durante el estudio, ellos y ellas claramente sugirieron que se debe poner en práctica incluyendo fácil acceso, uso estratégico del lenguaje y presentando experiencias reales. Enfatizaron la importancia de la privacidad, confianza, transparencia y equidad en todos los involucramientos. Quieren intervenciones para desarrollar destrezas para el futuro, pero que sean dinámicas y entretenidas, utilizando música, baile y deporte.
- Aunque se corre el riesgo de perpetuar normas sociales de desigualdad, los y las adolescentes hicieron énfasis en que quieren que se les involucre en grupos específicos de género y en lugares donde ya se reúnen. Los adolescentes se reúnen con sus pares en la comunidad después del trabajo o escuela, especialmente para jugar fútbol u otros deportes. Los niños indígenas también informaron que se reúnen con sus amigos en las tiendas para ver televisión (regularmente fútbol o películas). Las adolescentes se reúnen en la comunidad mientras realizan deberes del hogar, tales como buscar leña o lavar la ropa. Muchas adolescentes mayores indígenas informaron que desde que dejaron de asistir a la escuela, sus grupos de amistades se redujeron, y que tienen el tiempo limitado para reunirse con otras fuera de sus casas o en la comunidad inmediata, enfatizando otra vez que, debido a su movilidad restringida, las intervenciones deben involucrarlas en 'su espacio'.
- Se identificaron algunas personas influyentes clave en las vidas de los y las adolescentes incluyendo cuidadores y padres, particularmente madres (para los y las más jóvenes), esposos y suegras (para las casadas); pares (para los adolescentes mayores); maestros (para los que asisten a la escuela); líderes religiosos (para las adolescentes mayores); y líderes comunitarios (para los y las de diferentes edades).

Asegurar su aceptación y apoyo es vital tanto para generar la demanda como para facilitar la utilización de los programas y servicios.

- Los y las adolescentes pueden ser agentes de cambio para los miembros de sus familias y sus comunidades más extensas. Además de recibir información sobre nutrición y servicios relacionados a la nutrición para su propio bienestar, deben considerar como objetivos principales para distribuir el conocimiento y mejorar la nutrición de sus hermanos y hermanas menores y otros grupos vulnerables (ej. niños y niñas menores de cinco años, mujeres embarazadas)
- Se necesita apoyar a los y las adolescentes de confianza para que asuman los puestos de liderazgo para representar la(s) voz(ces) de su(s) grupo(s), para estar seguros de que el diseño centrado en el usuario es apropiado, y para proporcionar el monitoreo y evaluación de retroalimentación para asegurar que los programas son apropiados, relevantes y efectivos.

### **Plataformas para el involucramiento**

- Considerando las necesidades dinámicas de los y las adolescentes, no hay un canal de entrega que funcione para todas. Las intervenciones deben responder a las realidades complicadas de la vida de un adolescente y en lugar de ser una carga adicional, debe ser consciente de las responsabilidades contradictorias que puedan tener. Los y las adolescentes deben ser involucrados a través de múltiples medios o plataformas que se apoyen mutuamente.
- La investigación formativa y el mapeo de actores clave documentaron la existencia de programas que involucran a los y las adolescentes e implementan actividades relacionadas a la nutrición; salud sexual y reproductiva; empoderamiento económico y apoyo de subsistencia; educación; protección social, y liderazgo relacionado a la participación juvenil. Hay una parcialidad en particular hacia las niñas y los programas de salud sexual y reproductiva. Sin embargo, los programas en general no son implementados a escala y la cobertura es limitada. Solamente pocos programas fueron diseñados para adolescentes como principales beneficiarios, pero varios programas ‘accidentalmente’ incluyen a los y las adolescentes (tales como intervenciones de salud para mujeres embarazadas y programas de apoyo de subsistencia para agricultores).
- Varias plataformas involucran a los y las adolescentes a nivel comunitario. Las instituciones religiosas desempeñan un papel importante en las vidas de todos los adolescentes que participaron en el estudio. La Iglesia es de fácil acceso y socialmente aceptada, especialmente en las áreas rurales donde las actividades para adolescentes son limitadas. Sin embargo, es complicado para las instituciones religiosas abordar activamente los temas relacionados con salud sexual y reproductiva y de planificación familiar, y esto limita el impacto potencial de la Iglesia como un canal de entrega. Para aquellos que se encuentran en educación formal, especialmente los adolescentes menores, la escuela se identificó como una plataforma positiva y de confianza para el involucramiento, pero se observó que es un canal selectivo debido a que no todos asisten (particularmente los adolescentes mayores). Los adolescentes que han recibido servicios de atención prenatal contaron que los centros de salud (en especial los puestos de salud rurales) brindan consejos relacionados a la salud y nutrición. Otros y otras adolescentes, incluyendo niños y niñas menores, perciben los centros de salud como lugares para recibir tratamientos curativos, y la percepción sobre los anticonceptivos y las implicaciones negativas sobre tener relaciones sexuales antes del matrimonio restringen el uso de los servicios de salud a muchos.
- Las plataformas tecnológicas son una forma prometedora para involucrar a los y las adolescentes, pero la investigación proporcionó evidencia que la penetración y uso de la tecnología es altamente específica en contexto y difiere de acuerdo con los grupos sociales, edad y género. Los adolescentes de las áreas urbanas son más propensos a utilizar las redes sociales y ver televisión debido a que tienen restringidas sus salidas por razones de seguridad. Estas adolescentes informaron que utilizan aplicaciones incluyendo Facebook y WhatsApp para chatear entre ellas. El uso del internet de las adolescentes es monitoreado de cerca por sus cuidadores, aunque algunas adolescentes tienen celulares ‘secretos’ para comunicarse con amigos y novios. La radio es más accesible para todos los y las adolescentes tanto en áreas urbanas como rurales. Cuando no tienen acceso personal a la radio por

medio de sus celulares o su propio radio, ellos escuchan los programas de radio que escuchan sus padres. Esto puede limitar potencialmente los programas a los que tienen acceso, en especial aquellos que discuten sobre temas más sensibles como el uso de anticonceptivos y otros temas relacionados con la salud sexual y reproductiva. La televisión es el modo preferido de entretenimiento en las áreas urbanas y cada vez más popular y accesible en las áreas rurales. Los adolescentes menores también informaron que juegan video juegos en los cafés internet.

### **Puntos de entrada para alianzas estratégicas**

- Se necesita fortalecer y expandir los puntos de entrada de las políticas y programas. Actualmente, los programas son selectivos y localizados. Se necesita más inversión tanto en programas específicos de nutrición como en programas sensibles a la nutrición para adolescentes para poder llegar a los y las adolescentes más vulnerables.
- La mayoría de las organizaciones que involucran a los y las adolescentes en Guatemala se enfocan en brindar servicios de salud sexual y reproductiva a los y las mayores. Estos programas que ya existen pueden proporcionar una buena oportunidad para involucrar a los y las adolescentes en otros temas, incluyendo nutrición para ellos y ellas mismas y sus familias.
- Muchos y muchas adolescentes están incluidos en actividades orientadas a adultos. Al reconocer esto, los programas deben identificar las necesidades especiales de los y las adolescentes de diferentes edades y animarse a modificar sus servicios apropiadamente. Los servicios destinados a mujeres de edad reproductiva deben intencionalmente tratar de llegar a todas las adolescentes, y los servicios destinados a mujeres embarazadas deben asegurarse de que las adolescentes embarazadas estén efectivamente incluidas.
- Los actores ya activos en el sector de la nutrición deben ser alentados a adaptar sus intervenciones para llegarles de una mejor manera. Sus programas deben reconocer a este grupo objetivo y sus necesidades únicas, involucrar a los y las adolescentes de maneras apropiadas y utilizar acercamientos a los cuales sean receptivos. Se debe priorizar la inversión en dichos canales para ayudar a generalizar los programas de nutrición. Las estrategias de comunicación que utilizan el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, el Ministerio de Cultura y Deportes y otros se pueden fortalecer para que incluyan información sensible a edad y género para dirigirla a los y las adolescentes y a los temas de nutrición.
- Se debe mejorar la coordinación entre el gobierno, aliados y los que implementan los programas para apoyar y permitir un ambiente para el involucramiento de los y las adolescentes. La SESAN tiene un rol importante que debe cumplir dado a su responsabilidad de coordinar, integrar y monitorear las intervenciones de seguridad alimentaria y nutrición en los sectores públicos y privados, la sociedad y las entidades nacionales e internacionales
- La industria de alimentos debe involucrarse positivamente para asegurar que se produzcan y vendan alimentos saludables y de bajo costo, y para influenciar las tendencias del mercado hacia el reconocimiento y consumo de alimentos saludables y con alto valor nutritivo. La red de negocios de 'The Scaling Up Nutrition' (SUN) se puede fortalecer para que sirva como un punto de entrada efectivo para desarrollar alianzas estratégicas con el sector privado.



*Niñas adolescentes organizando sus fotografías en un taller participativo, Cerro Azul, Alta Verapaz*



## Resumen de implicaciones clave para las políticas y programas

Tema	Consideraciones clave
Tendencias de consumo de alimentos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poner a disposición de los y las adolescentes y sus familias alimentos variados, saludables, naturales y de bajo costo que sean atractivos especialmente en tiempos de escasez. Promover alimentos más saludables en las tiendas (en especial las que se encuentran cerca de las escuelas y lugares de trabajo) eso incrementaría la disponibilidad para los y las adolescentes quienes deben ser motivados a escoger alimentos más saludables en el lugar de otras opciones.</li> <li>• Frenar la promoción y disponibilidad de alimentos no sanos a los y las adolescentes y sus familias.</li> </ul>
Conocimiento y clasificaciones de los alimentos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los sistemas de clasificación de alimentos existentes y las tradiciones no necesariamente le dan prioridad o promueven las necesidades nutricionales específicas de los y las adolescentes, pero pueden ser puntos de entrada para diseñar estrategias de comunicación y actividades de contexto específico de información sobre nutrición y salud</li> <li>• El mercadeo y las campañas de publicidad de alimentos pueden regar 'rumores' sobre los beneficios de consumir ciertos tipos de alimentos, por ejemplo, el beneficio de las bebidas energizantes para tener fuerza. Estos tipos de promociones deben ser discutidos en actividades de promoción de la salud o restringidas.</li> <li>• El conocimiento sobre una alimentación sana no se traduce directamente en la práctica de ella, así que se debe invertir para asegurar que los y las adolescentes adopten patrones de dietas y consumo de alimentos sanos. Esto está ligado a no solo poner a disposición comida saludable a bajo costo, sino a que sea anhelada y atractiva. La promoción de alimentos saludables debe enfocarse en factores a los que les dan valor en términos de elección y consumo, especialmente que dan energía, que llenan, que son ricos y socialmente deseables. La elección de alimentos saludables se puede promover involucrando a los medios masivos como las telenovelas o redes sociales.</li> </ul>
Distribución de alimentos en el hogar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La falta de recursos en el hogar en tiempos de escasez ligada a sequías, inundaciones y malas cosechas significa que los y las adolescentes están en riesgo de no tener una nutrición saludable durante los años cruciales de la adolescencia. Las políticas que invocan la activación de redes de seguridad social y asistencia alimentaria deben estar fuertemente ligadas a la escasez, y deliberadamente considerar los problemas y limitaciones de la adolescencia.</li> <li>• Los y las adolescentes y sus cuidadores deben de estar mejor informados sobre la rentabilidad de los alimentos sanos que tienen a su disposición.</li> <li>• Las normas de género arraigadas relacionadas a la distribución de los alimentos en el hogar impiden la nutrición sana de las niñas. La creación de conciencia sobre la importancia de la nutrición de las adolescentes se debe enfocar en su fuerza y el rol que desempeña en la economía (del hogar) (en términos de valor inmediato) y en la importancia de su salud para la siguiente generación (valor futuro).</li> <li>• Actuar con hombres y adultos de influencia es fundamental.</li> <li>• En estos foros también se debe discutir la creación de conciencia sobre la buena nutrición durante el embarazo. Se les debe dar acceso a las adolescentes embarazadas a refacciones baratas, seguras y saludables y tener en cuenta el valor que tienen como suplemento de la alimentación y micronutrientes.</li> </ul>
Generación de ingresos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La pobreza se ha generalizado, especialmente entre las poblaciones indígenas, y agravado por las vulnerabilidades provocadas por el cambio climático y las dificultades de propiedad de tierra. Por esto, regularmente las actividades para generar ingreso tienen prioridad sobre la asistencia a la escuela, por lo tanto, los y las adolescentes y sus familias necesitan incentivos fuertes para que este grupo de edad continúe con la educación formal.</li> <li>• Algunos y algunas adolescentes comen almuerzo, considerado la comida más importante del día, en su trabajo y algunos comen comida chatarra (snacks) para sustituir el almuerzo si no tienen dinero para comprarlo. Involucrarse con los lugares de trabajo proporciona una valiosa oportunidad para que los programas destinados a incrementar la nutrición de los y las adolescentes sean explorados y manejados cuidadosamente.</li> <li>• La comida saludable muchas veces es más cara, o por lo menos así se percibe, así que puede ser de ayuda explorar la reducción de costos asociados con los productos saludables no procesados, mientras simultáneamente se reduce el acceso a alimentos no saludables y no nutritivos.</li> </ul>
Educación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El valor de la educación de los y las adolescentes se debe promover a través de modelos a seguir en la comunidad y relacionarla a estructuras atractivas de incentivos para los y las adolescentes y sus familias. Para ayudar a la asistencia a la escuela, es importante explorar maneras de reducir actividades de generación de ingresos como de los trabajos del hogar tanto de los como de las adolescentes.</li> </ul>
Violencia y abuso de drogas y alcohol	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mientras es importante invertir en soluciones a largo plazo de los problemas de seguridad, en el corto y mediano plazo a las adolescentes que se encuentran en centros urbanos inseguros se les debe llegar donde no sean dejadas atrás debido a sus ambientes restringidos.</li> <li>• Se debe invertir en actividades deportivas y recreacionales para los y las adolescentes. Mientras esto ayuda a mejorar la naturaleza sedentaria de los y las adolescentes en centros urbanos inseguros, también les proporcionará una plataforma segura para conocer a sus pares, formar relaciones sociales y desarrollar un cuerpo y mente saludable. Al involucrar a los y las adolescentes a través de actividades deportivas se ayuda a promover la importancia de la salud y la nutrición para tener fuerza y constitución física como una alternativa positiva al alcohol y abuso de drogas.</li> </ul>
Salud sexual y reproductiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El reducir los embarazos de las adolescentes es clave para asegurar el desarrollo saludable de las adolescentes y está ligado con la reducción de la pobreza y los esfuerzos de promoción de la educación que han probado ser un impacto positivo en la nutrición y bienestar general de la adolescencia.</li> <li>• Los servicios de los centros de salud deben tratar activamente de llegar a los adolescentes y mantenerse involucrados. Los servicios deben ser diseñados cuidadosamente para asegurar que este grupo de edad perciba que son importantes. Volver regulares las citas para cuidados preventivos en los centros de salud es importante y debe tener como fin cambiar la relación que hacen con los problemas de salud sexual y reproductiva. Al mismo tiempo, se debe fortalecer el poder brindar cuidados de calidad para los y las adolescentes.</li> </ul>

## Anexo 1 – Autorización Ética

---



### Universidad del Valle de Guatemala

Comité de Ética de Ciencias Sociales  
18 avenida 11-95 zona 15, Vista Hermosa III  
Teléfonos: 2364 0336 /40, ext. 402  
Correo electrónico: [eticaccss@uvg.edu.gt](mailto:eticaccss@uvg.edu.gt)

---

A: Ingrid Gercama, M.A.

DE: Comité de Ética –CE-,  
Facultad de Ciencias Sociales  
Universidad del Valle de Guatemala –UVG-

FECHA: 08-06-2017

ASUNTO: Aprobación de protocolo #27 "Nutrición en Adolescentes: investigación formativa".

El Comité de Ética de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad del Valle de Guatemala ha revisado y aprobado el protocolo arriba indicado.

Se le recuerda que el Comité de Ética de la Facultad de Ciencias Sociales debe revisar y aprobar todos protocolos de investigación que involucren seres humanos por lo menos una vez al año. Si el proyecto dura más de un año, es responsabilidad del investigador enviar al Comité el protocolo de investigación para revisión y solicitud de aprobación de continuación del estudio.

Archive esta notificación como prueba de la aprobación del Comité. Esta aprobación es válida hasta el 07-06-2018. Para evitar atrasos en la aprobación de su investigación y la posible suspensión del estudio, por favor envíe su solicitud de continuación, por lo menos seis semanas antes de la fecha de vencimiento.

Cualquier problema o evento serio relacionado con el estudio, deberá ser inmediatamente notificado al Comité. Cualquier modificación al protocolo debe ser enviada al Comité para su aprobación antes de ser implementado.

Si tiene alguna duda o pregunta, por favor contactar al Comité de Ética de la Facultad de Ciencias Sociales a través del correo electrónico [eticaccss@uvg.edu.gt](mailto:eticaccss@uvg.edu.gt).

Mtra. Gabriela González Oliva  
Presidenta Alterna  
Comité de Ética  
Facultad de Ciencias Sociales  
Universidad del Valle de Guatemala

## Anexo 2 – Equipo de investigación

---

Desde las Oficinas Centrales del PMA, el estudio completo lo diseñó Lynnda Kiess, Asesora Senior en Políticas, y lo apoyó Indira Bose, Consultora de Fill the Nutrient Gap. Ambas supervisaron a lo largo del proyecto.

El estudio lo dirigió Anthrologica, lo manejó Juliet Bedford quien contribuyó a cada etapa de la investigación, proporcionó dirección técnica y fue responsable de los resultados finales. La investigación de campo fue liderada por Ingrid Gercama quien realizó la recolección de datos, condujo el análisis completo del material generado y redactó el informe en colaboración con Juliet Bedford. La búsqueda inicial de documentos y la revisión bibliográfica de los antecedentes la llevó a cabo Leslie Jones.

Del PMA en Guatemala, Maritza Oliva, Eunice López, Irma Chavarría y Melvin Álvarez colaboraron con Anthrologica a lo largo del proyecto. El apoyo en campo lo proporcionó la consultora nacional del PMA, Maria Ana Isabel Galindo Flores quien trabajó al lado de Ingrid Gercama y lideró el componente de mapeo del proyecto, organizó la logística en los sitios de estudio y completó un análisis del panorama de datos demográficos y de nutrición recientes, y las políticas existentes sobre la nutrición de los y las adolescentes.

Mathilde Choc, Claudia Macz, Marcelina Tum y Modesta Ical Cholom proporcionaron apoyo adicional en campo, ya que sirvieron como traductoras durante la recolección de datos en Alta Verapaz y Chimaltenango. Virginia Cum sirvió tanto como traductora, así como transcriptoras en Chimaltenango, y Soledad Tzoc Bec como transcriptoras de todos los datos recolectados en Alta Verapaz. Amilza Orozco transcribió el material de Chimaltenango al español y María José Salazar tradujo todo el material al inglés. Dos practicantes del Departamento de Antropología de la Universidad del Valle, Ana Lis Salazar Batres y Ana Sofi Gonzáles apoyaron en la encuesta de tecnología, tomaron notas detalladas en campo y ayudaron durante las discusiones de los grupos focales.

### Anexo 3 – Actores clave involucrados en el ejercicio de mapeo

Tipo	Organización
<b>Donantes</b>	USAID
<b>ONG Internacionales</b>	Visión Mundial ‘ <i>World Vision</i> ’
	Catholic Relief Services
	Mercy Corps
	Oxfam
	Consejo de la Población
	Plan Internacional
	CARE
<b>Naciones Unidas</b>	UNFPA
	UNICEF
	FAO
	PMA
	OPS/OMS
	PNUD
	UNESCO
	ONUMJERES
<b>ONG Nacionales</b>	Aldeas Infantiles S.O.S Guatemala
	Tula Salud
	WINGS-ALAS
	WUQU’ KAWOQ
	APROFAM – Asociación Pro Bienestar de la Familia en Guatemala
<b>Sector Privado</b>	TIGO
	Pollo Campero por medio de Fundación Juan Bautista Gutiérrez
	Mahler / Nestlé
<b>Gobierno</b>	MSPAS
	SESAN
	MINEDUC
	MIDES
	MAGA
	SEGEPLAN
	SOSEP
	SEPREM
	SBS
	CONAPREVI
	CONJUVE
	DEMI
	MUNIGUATE
	UGAM
	MCD
<b>Investigación</b>	INCAP

## Anexo 4 – Cronograma del trabajo de campo

Fecha (2017)	Lugar	Actividad
Junio 19	Ciudad de Guatemala	Reuniones con Equipo de PMA
Junio 20	Alta Verapaz - Cerro Azul	Entrevistas a Informantes Clave
Junio 21	Alta Verapaz - Cerro Azul	Discusiones de Grupos Focales
Junio 22	Alta Verapaz - Cerro Azul	Talleres de Adolescentes
Junio 23	Alta Verapaz - Cerro Azul	Talleres de Adolescentes
Junio 24	Alta Verapaz – Chisec	Entrevistas a Informantes Clave
Junio 25	Alta Verapaz – Chisec	Discusiones de Grupos Focales
Junio 26	Alta Verapaz – Chisec	Talleres de Adolescentes
Junio 27	Alta Verapaz – Chisec	Talleres de Adolescentes
Junio 28	Alta Verapaz – Chisec	Entrevistas a Informantes Clave
Junio 29	Chiquimula - Maraxco	Entrevistas a Informantes Clave
Junio 30	Chiquimula - Maraxco	Entrevistas a Informantes Clave
Julio 1	Ciudad de Guatemala	Feriado Nacional
Julio 2	Chimaltenango - Chimaltenango	Entrevistas a Informantes Clave / Discusiones de Grupos Focales
Julio 3	Chimaltenango - Chimaltenango	Talleres de Adolescentes
Julio 4	Chimaltenango - Chimaltenango / Xzetzizi	Entrevistas a Informantes Clave / Discusiones de Grupos Focales
Julio 5	Chimaltenango - Xzetzizi	Talleres de Adolescentes / Discusiones de Grupos Focales
Julio 6	Chimaltenango - Xzetzizi	Talleres de Adolescentes
Julio 7	Chimaltenango - Xzetzizi	Talleres de Adolescentes
Julio 8	Ciudad de Guatemala	Informe

# Anexo 5 – Mapas y detalles de sitios de estudio

## Mapa 1: Guatemala



## Mapa 2: Sitios de estudio





## Indicadores y características clave de los departamentos incluidos en el estudio

Indicador	Alta Verapaz	Chimaltenango	Chiquimula
Población	1,100,000	650,000	97,102
Grupos étnicos principales	Q'eqchi' (90%)	Kaqchikel (78%)	Ladinos (73%)
Topografía	Selva Tropical Montañosa	Montañosa Seca	Montañosa Seca
Medios de subsistencia	Agricultura Agrosilvicultura Plantaciones de Palma	Agricultura Comercio Remesas Migración Económica	Agricultura Comercio Remesas Migración Económica
Cobertura de teléfono celular	Cobertura Limitada	Cobertura Buena	Cobertura Media
% de la población en extrema pobreza	57	66	34
% de la población analfabeta	15	12	21
% de mujeres que nunca asistieron a la escuela	34	11	25
% de mujeres que informaron no tener acceso a un centro de salud (debido a la distancia)	51	34	41
% de nacimientos atendidos por un profesional médico	47	37	42
% de la niñez menor de cinco años con desnutrición crónica	50	56	56
% de la niñez menor de cinco años con desnutrición severa	18	22	25
% de mujeres de 15-49 años con sobrepeso	32	34	31
% de mujeres de 15-49 años obesas	15	22	16
% de mujeres que informaron que un hombre puede justificadamente pegarle a su esposa o novia	7	7	18
% de mujeres que buscan servicios luego de una experiencia de violencia	35	31	22
% de mujeres que tienen acceso al periódico, radio o televisión por lo menos una vez a la semana	74	93	82
% de hombres que tienen acceso al periódico, radio o televisión por lo menos una vez a la semana	86	95	91

Fuentes: MSPAS, INE 2014a, ICF Internacional, 2017; FEWS NET, 2017; MINEDUC, 2016; INE, 2014c

## Alta Verapaz

Alta Verapaz es un departamento en el Norte de Guatemala, cerca de la frontera con México, con una población de 1.1 millones. Aproximadamente el 90% de la población se identifica a ella misma como indígena y vive especialmente en áreas rurales (INE 2014b). Durante la época prehispánica, Alta Verapaz fue parte de la Civilización Maya y hoy, la mayoría de sus habitantes son del grupo étnico Maya *Q'eqchi'* y hablan *Q'eqchi'* y español (Hernández, 2014). La población indígena de Alta Verapaz ha sido blanco para la violencia y explotación de los ladinos y extranjeros a través de la historia. Por ejemplo, durante la Guerra Civil en Guatemala, la mayoría de las masacres contra la población indígena se dio en Alta Verapaz y los departamentos alrededor, y durante la época Colonial el departamento se conocía por sus plantaciones de tabaco donde los dueños ladinos y extranjeros de las plantaciones utilizaron poblaciones grandes de esclavos para cultivar la tierra (Dudley, 2010). En Alta Verapaz, el 57% de la población continúa viviendo en extrema pobreza, los índices más altos del país. El departamento tiene el segundo índice más alto de analfabetismo con el 14.6%, y el 34% de la población femenina nunca ha asistido a la escuela (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). Los indicadores de salud y nutrición en Alta Verapaz también revelan tendencias problemáticas: las causas principales de mortalidad incluyen neumonía, enfermedades de diarrea aguda y desnutrición, y el índice de mortalidad materna es, otra vez, la más alta del país (Hernández, 2014). Solo el 47% de partos en el departamento son atendidos por personal médico (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017).

La inseguridad alimentaria es común en el departamento. Un censo del gobierno en 2015 de niños y niñas de escuela primaria indicó que Alta Verapaz tiene el cuarto porcentaje más alto (47%) de desnutrición crónica en el país (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). La agricultura es el sustento principal y la oportunidad de generar ingreso para muchas personas en el departamento, y la mayoría son agricultores de subsistencia o involucrados en la agricultura comercial. El cardamomo es el cuarto producto agrícola para exportación en Guatemala, el cual el 70% es cultivado en Alta Verapaz (GAIN, 2014). El café también es un cultivo básico en el departamento, lo compran intermediarios y comerciantes de café que exportan los granos al Medio Oriente (Verite, 2016).

Alta Verapaz ha sido identificada como la región de Guatemala más vulnerable al cambio climático (Mazariegos, 2016). Áreas forestales en el altiplano central son un importante ecosistema que apoya significativamente las actividades de generación de ingresos de los maya *Q'eqchi'*, pero en las décadas recientes, ha ocurrido deforestación a un índice en aumento y esto ha impactado negativamente la limitada seguridad alimentaria (Pope et. al. 2016). Algunos académicos especulan que la combinación de agricultura de corte y quema y el crecimiento de la población en las comunidades *Q'eqchi'* han sido factores importantes en la deforestación de la Sierra Yaljux en la cordillera del Sur de Alta Verapaz (Renner, Voigt, y Markussen 2006; Pope et al., 2015). Conflictos de tierra son frecuentes, especialmente debido a los valiosos recursos naturales incluyendo petróleo y reservas minerales y de maderas preciosas ubicadas en la región.

Estudios recientes también indican que aproximadamente el 30% de la selva se ha perdido por el tráfico de cocaína ya que los comerciantes de droga invierten en la industria legal de madera para lavar dinero (Taylor, 2017; Rodríguez, 2017). Debido a su ubicación en la frontera con los estados mexicanos de Chiapas, Tabasco y Campeche, Alta Verapaz forma parte de un corredor de droga que corre desde Izabal en la frontera al Este de Guatemala con Honduras y El Salvador (Sesnie et. l., 2017). El crimen y la violencia son comunes en el departamento. Por ejemplo, en 2010, como resultado de la Guerra de la Droga en México, los miembros del cartel de drogas Los Zetas asumieron el control en gran parte del departamento ocupado por varios pueblos (Associated Press, 2010). En abril de 2017, las Fuerzas Armadas de Guatemala crearon una zona de seguridad a lo largo de la frontera con Belice, Honduras, El Salvador y México para bloquear más de diez rutas terrestres utilizadas regularmente por las organizaciones de tráfico de drogas (Diálogo, 2017).

Alta Verapaz es el punto de cruce de la Transversal Norte, una ruta de camiones que va desde el Norte de Guatemala a Belice y México en el Oeste y Honduras en el Este. A pesar de esto, el departamento

permanece relativamente aislado del resto del país (Dudley, 2010). En 2011, solamente el 34% del departamento contaba con electricidad, mientras que la capital y la mayoría de las áreas en la parte central de Guatemala están conectados establemente a la red eléctrica (Ávila, 2014). Alta Verapaz también es uno de los departamentos menos conectados en términos de tecnología de comunicación. Aunque el número general de suscripciones de teléfonos celulares ha subido en Guatemala desde los años 2000, datos de los tres proveedores más grandes de teléfonos celulares demuestran que la cobertura en Alta Verapaz continúa siendo limitada, especialmente en las áreas rurales (Opensignal 2018).

### Ciudad de Chisec

En Alta Verapaz, la investigación se llevó a cabo en Chisec, un municipio en el Norte del departamento de Alta Verapaz. Chisec es un poblado extenso con un mercado, bancos, farmacias, dos universidades, un centro de salud y bastantes Iglesias, y está bien conectada a otras áreas del departamento por una red de transporte público efectiva. Aproximadamente el 95% de los habitantes del municipio son mayas, y hablan tanto Q'eqchi' como español (Solano, 2012).

Chisec y sus alrededores son bien conocidos por la producción de aceite de palma africana, a la que se refieren localmente como 'Palma Africana' o 'Rax Muhj'. Debido a los altos niveles de demanda tanto internacional como local de aceites comestibles y grasas, franjas de tierra son utilizadas para cultivar el producto (Solano, 2015). Numerosos estudios han informado que los cambios en las relaciones de tierra y los ecosistemas agrícolas amenazan a la población maya Q'eqchi' y sus medios de sustento (Fradejas, 2013; Mingorria, 2016). Como resultado, problemas de derechos de tierra y recursos relacionados son comunes en el municipio y son continuamente un punto de contención entre los propietarios de tierras, comerciantes y comunidades indígenas (Rodríguez, 2017; Mingorria 2017).

La investigación se condujo en el barrio Monja Blanca, un barrio periurbano ubicado en las afueras de la Ciudad de Chisec. El centro de la ciudad se encuentra a 20 o 30 minutos caminando de Monja Blanca y lo visitan frecuentemente tanto para trabajar (en el sector comercial) como para actividades de esparcimiento. Muchos residentes de Chisec no poseen tierra, pero rentan tierra en la que producen café o cardamomo. Otros trabajan como jornaleros por día en las plantaciones de palma y otros migran o viajan a otros departamentos para trabajar en grandes plantaciones agrícolas.

### Cerro Azul

El pueblo de Cerro Azul se encuentra a una o dos horas en bus comercial de distancia de la Ciudad de Chisec. La ruta pasa por Palmas de Ixcan (una empresa guatemalteca de producción de aceite de palma) y es una carretera empinada y montañosa cubierta con vegetación verde frondosa y campos con siembras de maíz. De acuerdo con el COCODE, el pueblo tiene aproximadamente 125 hogares y la mayoría su subsistencia depende del cultivo de cardamomo y café de subsistencia y comercial. Otros buscan trabajo en la plantación de palma cercana 'Palmas de Ixcan' o migran temporalmente a trabajar en las plantaciones de banano y caña de azúcar en Escuintla y otras áreas de la costa.

La comunidad se encuentra aislada y cuenta con acceso muy limitado a servicios. Cerro Azul no tiene una red telefónica que funcione y el 'punto de conexión' más cercano (ej. para tener cobertura) se encuentra a 20 minutos subiendo la montaña a pie. La comunidad tiene una escuela primaria con tres salones de clases para atender aproximadamente 200 estudiantes, y siete Iglesias (seis católicas y una evangélica). No cuentan con centro de salud en el pueblo. El gobierno les proporciona agua potable, pero es limitada y se raciona en la comunidad.

Los participantes en Cerro Azul señalaron que la falta de servicios de salud primarios en la comunidad es una barrera para el desarrollo de los y las adolescentes. Ellos informaron que las enfermeras del hospital Fray en la Ciudad de Chisec visitan la comunidad un par de días al mes para brindar cuidados básicos, pero

para cuidados urgentes o de emergencia, los miembros de la comunidad tienen que viajar al hospital en Chisec. Pueden llamar a la ambulancia del pueblo vecino Chiquimul, pero el paciente o su familia debe cubrir los costos de gasolina o pagar alrededor de 200 quetzales (27 USD). Si la ambulancia no está disponible, pueden contratar un vehículo privado pero el viaje les cuesta alrededor de 400 quetzales (54 USD) solo de ida.

Los miembros de la comunidad recordaron que alguna vez el área fue rica en recursos naturales, pero los propietarios de tierra ladinos y las empresas continúan explotando a las comunidades indígenas. Los participantes enfatizaron la continua desigualdad que enfrentan al demostrar el tamaño de la tubería que saca petróleo del área, era el doble del tamaño de la tubería que le lleva el agua potable a la comunidad. La venta (expropiación) de tierra ha incrementado la vulnerabilidad de la población y los agricultores locales dependen de trabajos inestables y mal pagados.

## **Chimaltenango**

Chimaltenango es un departamento montañoso en el Suroeste del país, aproximadamente a 54Km de la Ciudad de Guatemala. La población llega a cerca de 650,000, de la cual el 78.4% es indígena descendiente de maya Kaqchikel (INE, 2013). Tiene una población joven, con promedio de edad de 16 años y el 66% de la población continúa viviendo en pobreza (INE, 2014c). La economía depende de una mezcla de agricultura, comercio y remesas (FEWSNET, 2016). La base de la economía urbana local en Chimaltenango recae en el sector industrial (agroindustria, textiles, fábricas procesadoras) y los miembros de las comunidades más pobres regularmente trabajan como jornaleros casuales o en comercio informal. Las comunidades rurales dependen a pequeña escala de cultivos comerciales y agricultura de subsistencia con agricultores sembrando vegetales incluyendo brócoli, arvejas, zucchini, zanahoria, cebolla, tomate, maíz y frijol (Centro Internacional de Agricultura Tropical, 2011). El terreno montañoso ofrece condiciones ideales para la siembra de papas (FEWSNET, 2016).

Los indicadores de educación y cuidados de la salud parecen ser prometedores, pero se necesitan mejoras continuas y esfuerzos para sostener esta tendencia. Aunque el índice de analfabetismo ha disminuido en el departamento en los años recientes, todavía el 11.8% de la población es analfabeta y hay un índice alto de deserción escolar entre primaria y secundaria. Solamente el 32% de la niñez en edad de escuela asisten a la escuela secundaria (MINEDUC, 2016). El acceso a los cuidados de la salud sigue siendo difícil para muchos, especialmente para las mujeres. De acuerdo con la ENSMI más reciente, el 34% de las mujeres entre 15-49 años informaron no poder asistir al centro de salud cuando lo necesitan debido a la distancia entre sus hogares y el punto de entrega del servicio, aún así el 57% de los partos en el departamento fueron atendidos por profesionales médicos (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017).

La desnutrición continúa siendo un problema importante en Chimaltenango con el 56% de la niñez menor de cinco años mostrando desnutrición crónica, y el 22% desnutrición severa (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). La doble carga de la malnutrición es claramente evidente en el departamento con el 34% de las mujeres entre 15-49 años presentando sobrepeso y el 22% obesidad (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017).

El altiplano de Guatemala se caracteriza por tener varios sistemas climáticos (Centro Internacional de Agricultura Tropical, 2011). La temporada seca es de octubre a principios de mayo y la temporada de lluvia de finales de mayo hasta finales de septiembre, pero los efectos del cambio climático se han registrado en el departamento. Por ejemplo, durante la investigación, agricultores de Patzún informaron que sus cosechas de arveja iban a estar malas por los vientos helados durante la temporada de lluvia y el calor durante la temporada seca. También cada año el departamento enfrenta tormentas tropicales y huracanes, y eso destruye los cultivos y afecta la subsistencia de los agricultores.

El crimen en Chimaltenango se ha incrementado significativamente en los años recientes. En 2013, se registraron 191 personas con causa de muerte violenta (homicidio, parricidio o asesinato), representando el 148% de incremento desde el 2012 (INE, 2014c). En 2017, un total del 24% de las mujeres entre 15-49

años en el departamento reportaron haber experimentado abuso físico, sexual o emocional en algún punto de sus vidas (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017).

La proximidad geográfica del departamento a la capital significa que tiene buen acceso y cobertura de plataformas de comunicación. En la última ENSMI el 95% de los hombres y el 93% de las mujeres entre 15-49 años indicaron que tienen acceso al periódico, radio y /o televisión por lo menos una vez a la semana (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). La televisión es especialmente popular en Chimaltenango, con el 83% de los hombres y el 75% de las mujeres encuestados viendo televisión por lo menos una vez por semana.

### Ciudad de Chimaltenango

La Ciudad de Chimaltenango se fundó en 1526 cerca de una fortaleza maya. Debido a su ubicación en la Carretera Panamericana ha crecido a ser un centro comercial para los pueblos de los alrededores y es una parada principal para los camioneros (Britannica 2017). Esto mantiene a la gran cantidad de cafeterías y bares, y la prostitución es común. La Ciudad de Chimaltenango tiene reputación de ser un lugar peligroso con altos niveles de violencia, crimen de drogas y abuso de alcohol. Al describir la ciudad, un agricultor local que participó en la investigación concluyó, *'Chimaltenango está perdida, es uno de los peores lugares del mundo... Matan a muchos jóvenes y muchos otros pasan por la cárcel...'* Chimaltenango está en la ruta de tráfico de drogas entre Guatemala y la frontera de Gracias a Dios con México (Insight Crime 2016).

Chimaltenango cuenta con una gran variedad de servicios incluyendo un hospital, escuelas secundarias y varias universidades, así como representación de varias entidades clave de gobierno. La ciudad también cuenta con una gran variedad de oportunidades recreacionales incluyendo una feria permanente, el parque de la ciudad, estadio de fútbol, varios lugares públicos con canchas de fútbol y basquetbol que se pueden rentar por hora, un mercado grande, tiendas populares de ropa, y varias cadenas de comida rápida (incluyendo Pollo Campero). Sin embargo, muchas personas no tienen acceso a esas oportunidades, debido a recursos limitados. La mayoría de los hombres involucrados en el estudio en Chimaltenango trabajan como jornaleros no expertos que les pagan por día en la industria de servicios como choferes de taxi o bus, en el sector de la construcción o en la planta de reciclaje del gobierno. Muchos reportaron malas condiciones de trabajo y sueldos bajos, y hay gran índice de migración tanto doméstica a las plantaciones grandes de caña de azúcar en Escuintla o Petén como internacional a los Estados Unidos.

### Xzetzizi

Xzetzizi es un pueblo pequeño en el municipio de Patzún en el departamento de Chimaltenango. El pueblo se encuentra ubicado en la ladera rodeada por montañas boscosas. El pueblo cuenta con una escuela primaria, una Iglesia católica grande y un puesto de salud. La ciudad comercial más cercana es Patzún, aproximadamente a 30 minutos por carretera desde Xzetzizi. Miembros de la comunidad y adolescentes que asisten a la escuela secundaria en la ciudad viajan a Patzún todos los días.

Algunos hombres del pueblo trabajan como jornaleros por día en lugares de construcción fuera de Xzetzizi, pero la mayoría trabajan en fincas comerciales sembrando brócoli, zanahoria y coliflor. En lugar de cultivar vegetales para el consumo en el hogar, la mayoría de los agricultores compran alimentos con el dinero que reciben al vender cultivos comerciales. Cuando la cosecha es mala, se ven forzados a buscar empleo en Patzún, Chimaltenango u otros departamentos. Hay un índice alto de migración a los Estados Unidos. Al discutir sobre los edificios de concreto que están en construcción, un adolescente que participó en el estudio explicó, *'Estas son casas de los que se fueron'*. Los hogares que no son mantenidos por remesas no pueden pagar concreto, así que las estructuras de sus casas son regularmente de madera con techos de zinc.

## Chiquimula

El departamento de Chiquimula se encuentra en el Noreste de Guatemala en la frontera de El Salvador y Honduras, aproximadamente 145 km. de la Ciudad de Guatemala. De acuerdo con el censo de 2015, la población oficial de Chiquimula era de 97,102, pero los funcionarios del gobierno sugieren que la población ha crecido en los siguientes años. Aproximadamente el 93% de la población se identifica como ladinos, y el 7% como maya Chorti o indígenas. En el departamento el 34% de la población vive en pobreza, el 21% son analfabetas y el 25% de la población femenina nunca ha asistido a la escuela (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017)

La población cultiva sorgo, vegetales y café como su medio principal de subsistencia, aunque muchos hogares también tienen crianza de cerdos, vacas y otro ganado. También pueden encontrar trabajo en las plantaciones grandes que producen caña de azúcar, cacao, bananos y otras frutas y contratan trabajadores temporales (FEWS NET 2017). La migración es común, ya sea a las plantaciones de caña de azúcar y café en la costa de Guatemala o a Honduras y El Salvador (*ibid.*). La población es susceptible a las vulnerabilidades relacionadas con el cambio de clima, así como a los patrones estructurales de exclusión. Chiquimula se encuentra en el ‘corredor seco’, una zona seca que corre a través de Centro América desde Guatemala hasta Panamá que experimenta sequías severas y los efectos del Niño. Con lluvia limitada y la escasez de recursos públicos de agua, Chiquimula se ha identificado por estar en alto riesgo de desertificación (MARN 2013). Los datos en la incidencia de malnutrición (por ejemplo, recolectados por FAO y el Programa Mundial de Alimentos en 2016) son evidencia clara de la inseguridad alimentaria y vulnerabilidades relacionadas que enfrenta el departamento. De acuerdo con la ENSMI más reciente, el 56% de la niñez menor de cinco años presenta desnutrición crónica y el 25% desnutrición severa. La doble carga de la malnutrición también es evidente en el departamento con el 31% de las mujeres entre 15-49 años con sobrepeso y el 16% obesas (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017).

De las mujeres de 15-49 años, el 41% informó que no puede acceder a los centros de salud por la distancia entre su comunidad y el punto de entrega del servicio, y solamente el 42% de los partos fueron atendidos por un profesional médico (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017). Chiquimula también cuenta uno de los niveles más altos de violencia de género en Guatemala. En la ENSMI, el 18% de las mujeres entre 15-49 años informó que un hombre le puede pegar justificadamente a su esposa o novia porque ella se pelea con él; sale sin decirle a él; no cuida apropiadamente a los hijos; se niega a tener relaciones sexuales con él; o ha quemado la comida. Solamente el 22% de las mujeres que experimentan violencia buscan ayuda después del evento (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017).

El departamento tiene buen acceso y cobertura de las plataformas de comunicación. En la última ENSMI, el 91% de los hombres y el 82% de las mujeres de 15-49 años indicaron que tienen acceso ya sea al periódico, radio o televisión por lo menos una vez a la semana (MSPAS, INE, ICF Internacional, 2017).

## Maraxco

Maraxco está ubicada a 20 minutos en carro de la Ciudad de Chiquimula, la cabecera del departamento. El área siempre ha sido árida y Maraxco literalmente significa ‘tierra seca’ en el idioma local, Chortí. La falta de agua resulta en múltiples problemas para la comunidad. En 2010, se informó que habían cerca de 7,000 personas viviendo en casi 1,000 hogares en Maraxco, los cuales deben compartir una bomba de agua que le sirve a varios puntos de agua en la comunidad (Gómez 2010). La mayoría de la población se encuentra involucrada en la agricultura de subsistencia o comercial, y fuentes de agua inadecuadas han resultado en múltiples malas cosechas. Muchas familias han tenido que adquirir deudas que no pueden pagar y se han visto forzadas a vender su tierra.



## Anexo 6 – Guía de temas y formularios de consentimiento

---

### Guía de temas

#### Definiendo la adolescencia

- ¿Cómo definir este concepto? (niñez, adolescencia, adultez)
- Marcadores biológicos, sociales, culturales de la adolescencia
- ¿Rituales y marcadores de transición (ej. ritos para pasar a ser un adulto, etc.)?
- Validez y utilidad
- ¿Cambia la existencia / duración de la adolescencia con el contexto (ej. durante sequía, disturbios civiles, etc.)?
- ¿Actividades recreacionales para adolescentes? ¿Actividades de rutina en la vida diaria?

#### ONGI / Políticas gubernamentales y programas

- *Antecedentes / Perspectiva*

Trabajo con adolescentes: ¿Dónde? ¿Nivel Nacional / Departamental? ¿Qué programas / intervenciones aquí y por qué? ¿Para qué tipo de adolescentes (género, edad, etc.)? ¿Otras tipologías (fuera de la escuela, madres adolescentes, etc.)?

Trabajo en nutrición: ¿Dónde? ¿Nivel Nacional/Departamental? ¿Qué programas/intervenciones aquí y por qué?

- *Implicaciones de las políticas al trabajar con adolescentes*

Política nacional sobre adolescentes/nutrición

Políticas nacionales en salud sexual y reproductiva para adolescentes (ej. educación sexual integral en las escuelas)

Responsabilidad social para las adolescentes/nutrición

¿Áreas de colaboración con el gobierno? ¿Coaliciones de ONG? ¿Etc.?

#### Salud (general)/problemas de salud sexual y reproductiva (SSR)

- *Barreras sociales, culturales y económicas para los servicios de salud de adolescentes*

Normas sociales y culturales

Hogar y pueblo (prioridades y negociación)

Fuentes de información (ej. Red social, Internet, pares, etc.)

Relaciones sociales, toma de decisiones, continuidad y entidad que actúa

Rol de trabajadores de la salud/ prejuicio en acceso de las adolescentes menores o solteras (ej. servicios anticonceptivos)

- *Barreras sociales, culturales y económicas para los servicios de SSR para las adolescentes*

Normas sociales y culturales

Hogar y pueblo (prioridades y negociación)

Fuentes de información (ej. Red social, Internet, pares, etc.)

Relaciones sociales, toma de decisiones, continuidad y entidad que actúa

Rol de los trabajadores de la salud/prejuicios en acceso de las adolescentes menores o solteras (ej. servicios anticonceptivos)

- *Motivos y consecuencias de los embarazos en adolescentes*

Problemas de percepción

Incrementando o disminuyendo la incidencia (¿Por qué?)

Consecuencias para las adolescentes (abandonar la escuela, matrimonio, etc.)

## **Alimentación y nutrición**

- *Percepciones de la alimentación y nutrición*

Estado de la alimentación (ej. Estado de alimentación alto/bajo, estado de lugares para comer alto/bajo) – la antropología de la alimentación

Opiniones y actitudes sobre nutrición apropiada

Nivel de conocimiento

Búsqueda de prácticas de alimentación / nutrición

Barreras de acceso (disponibilidad, costo, tiempo, preparación, ubicación del mercado)

Tabús sobre alimentación para las adolescentes (tamaño de porción, velocidad, orden para comer, estado alimenticio, etc.)

Tabús sobre alimentación para las mujeres embarazadas y lactantes (cambio en la dieta, práctica caliente/frío, hacer y no hacer)

- *Percepción de la participación de los y las adolescentes en comer sano*

Aceptación, adecuación, factibilidad, potencial

Ventajas/desventajas

Mecanismos/redes de participación existentes

Sugerencias prácticas (¿caso de estudio?)

## **Educación**

- *Percepción sobre la educación de los y las adolescentes*

Toma de decisiones y autoridad que actúa para iniciar/parar la asistencia a la escuela (¿Quién?)

Normas de género / Diferencias de la familia en prioridades

Razones para que los y las adolescentes abandonen

Tiempo/frecuencia de abandono

¿Diferencias urbanas/rurales?

¿Consecuencias? ¿Alternativas?

¿Se ofrecen servicios de alimentación en la escuela? ¿A quiénes? ¿En dónde?

¿Se ofrecen servicios de alimentación fuera de la escuela en la comunidad? ¿A quiénes? ¿En dónde?

## **Crianza de los niños y niñas y los influenciadores de los y las adolescentes**

- *Impacto de la familia/pares/ambiente comunitario para la crianza de los hijos*

Antecedentes de la situación familiar (criado por madre, abuela, etc.)

¿Quién toma las decisiones relacionadas con el cuidado del adolescente/niño?

Influenciadores clave en el comportamiento de los y las adolescentes (tanto dentro, ej. hermanos o hermanas como fuera de la familia, ej. actor, cantante, etc.)

Familiar/pares con más impacto/autoridad sobre los y las adolescentes

Importancia de los pares como influenciadores de adolescentes

¿Otros influenciadores clave (ej. religión)?

¿Aspiraciones de los y las adolescentes (ej. terminar la escuela, paternidad, carrera, etc.)?

## **Mensajería**

- *Canales de mensajería / Acceso a los adolescentes (especialmente niñas adolescentes 10-19 años)*

Canales de comunicación populares (en general) (ej. TV, radio, Internet, etc.)

Mecanismos de entrega específicos para adolescentes / canales de comunicación

Mejor manera de acceder a los beneficiarios destinados del programa

¿Métodos innovadores / virtuales (ej. SMS, Smartphones, Facebook, etc.)?

Lecciones aprendidas, buenas prácticas, impacto / resultados alcanzados

Obstáculos, retos y limitaciones

¿Grupos de adolescentes excluidos de la mensajería? ¿Barreras de acceso?

¿Cómo alcanzar al más difícil de alcanzar? (ej. las adolescentes fuera de la escuela, casadas, trabajando)

Caso de estudio (¿plataforma con más impacto?)

## **Necesidades del estudio**

- *Áreas dónde faltan datos / Necesidad de más datos en trabajo con adolescentes*  
Datos ENSMI / datos MICS: ¿Brechas? ¿Inconsistente / información confusa?  
¿Ideas para investigación? ¿Sugerencias?  
¿Ubicación?  
¿Grupo objetivo / edad / género?  
¿Tema (enfoque en programas)? ¿Problemas de programas que requieren más entendimiento?  
¿Áreas descuidadas que necesitan apoyo / incremento en apoyo?
- *Intercambio de conocimientos*  
¿Cómo intercambiar mejor los datos / presentar hallazgos?  
¿Cómo empaquetar mejor los datos? ¿Sugerencias?

## **Contexto de comunicación / IT (lecciones aprendidas y consideraciones futuras)**

- *Canales de comunicación*  
Contexto urbano vs. rural  
Tecnologías y plataformas apropiadas/disponibles (SMS, mHealth, radio y TV, Internet, etc.) – distinción entre tecnología en persona y medio remoto  
Capacidades futuras / nuevas oportunidades para explorar  
Poblaciones objetivo (edad, género, étnia, etc.)  
(SSR, nutrición, FP, etc.)
- *Colaboración*  
Aliados en proyectos previos o actuales  
Aliados potenciales - ¿Sugerencias?  
IT nacional, políticas de comunicación (ej. libertad de medios en general, restricciones de medios, etc.)
- *Retos*  
¿De otros proyectos/estudios anteriores?  
Proyectos de comunicación que se intentaron y fallaron (¿Por qué?) ¿Lecciones aprendidas?  
Historias de éxito (caso de estudio)
- *Recomendaciones*  
Métodos apropiados/sugeridos para llegar a los y las adolescentes (¿a las adolescentes?)  
¿Mejores métodos para alcanzar a los más difíciles de alcanzar? (fuera de la escuela, casados, trabajando, etc.)
- *Investigación*  
¿Brechas en estrategias de comunicación? ¿Dónde? ¿Por qué?  
Temas interesantes/innovadores para investigar más  
RESPONSABILIDAD EMPRESARIAL (ej. sector privado de alimentos, industria textil)  
Experiencia en investigación del consumidor (¿poblaciones objetivo?)  
Preguntas relacionadas con el consumidor  
Canal de entrega de inventario  
Entender el mercado local (necesidades de mercadeo relevantes según el contexto)  
Acciones que puede tomar el sector privado (en consideración a las necesidades de las adolescentes)  
Cambio de comportamiento de comunicación y desarrollo de mensajes  
Promoción de la buena nutrición / prácticas de cocina saludable  
  
Colaboración / aliados en la industria y responsabilidad social

## **Documentación y otras solicitudes**

- *Solicitudes de documentación*

¿Tienen alguna documentación del proyecto de puedan competir?

¿Tienen algunas recomendaciones de bibliografía para revisar? ¿Recolectado para este proyecto?

- *Otras organizaciones trabajando con adolescentes y/o nutrición (lista libre)*

¿Programas existentes de agricultura/nutrición?

Áreas potenciales de colaboración

¿Nutrición de adolescentes para seguir a otra actividad continua, o puede encabezar (ej. y ser seguida por SSR)?

- *¿Sugerencias para alianzas? ¿PMA?*

## Formulario de consentimiento informado (18+ años)

### Alianza de PMA para la Nutrición de los y las Adolescentes: Investigación Formativa

#### **Antecedentes del estudio**

Las necesidades de educación, salud, sociales y económicas de las adolescentes están siendo cada vez más reconocidas como áreas que se merecen atención especial y recursos, y muchos marcos de trabajo de desarrollo nacional no reconocen que las adolescentes son valiosas para el desarrollo de su país. Sin embargo, hay falta de evidencia para guiar el desarrollo de mensajes e intervenciones estratégicas para este grupo objetivo específico. El Objetivo Mundial ‘Hambre Cero’ estableció una ventana importante de acción y una oportunidad única para que el Programa Mundial de Alimentos (PMA) y Knorr, a través de su misión social ‘*Force for Good*’ (Fuerza para el Bien), desempeñen un papel de liderazgo y señalen diferentes puntos de entrada para abordar mejor las necesidades de este grupo objetivo tan importante y lograr un impacto a escala a largo plazo.

#### **Objetivos del estudio**

Comprender cómo llegar efectivamente a los y las adolescentes es un punto de partida esencial para evaluar cómo se pueden llevar a cabo intervenciones específicas de nutrición o sensibles a la nutrición y relacionarlas mejor con otros componentes de la ‘ecuación adolescente’ incluyendo, por ejemplo, cuidados de salud reproductiva y capacidades de subsistencia. El objetivo de este estudio es aprender de los actores clave de las ONGI, sector privado, ministerios del gobierno relacionados (ej. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, Ministerio de Educación), adolescentes y sus cuidadores sobre las necesidades de la nutrición adolescente en Guatemala y cómo nos podemos comunicar mejor con este grupo de edad para mejorar su estado nutricional y ayudarlos a llevar unas vidas más saludables.

#### **Entrevistas/Grupos Focales/Talleres de Adolescentes**

Con este propósito, el Investigador Principal (IP) quiere hablar con ustedes sobre los temas relacionados con la nutrición adolescente. Las entrevistas informales, discusiones de grupos focales y/o talleres de adolescentes tendrán una duración de aproximadamente una hora hasta una hora y media. Su participación en este estudio es voluntaria. Tiene el derecho de retirarse de la discusión en cualquier momento sin ninguna razón y sin penalización. No hay ningún costo relacionado con su participación. Creemos que no corre ningún riesgo, aunque hacemos ver que pueden haber aspectos en su participación en este estudio que involucre riesgos que actualmente son impredecibles.

Nos aseguraremos de que su información, opiniones y experiencias se mantengan bajo confidencialidad y solamente serán utilizados para el propósito descrito del estudio. No utilizaremos su nombre. Puede hacer cualquier pregunta relacionada con el estudio y nosotros contestaremos estas preguntas a su satisfacción.

Con su permiso, podremos grabar un audio de las discusiones para nuestros registros. Este se destruirá al terminar el estudio. Con su permiso, también podremos tomar fotografías de usted. Estas serán utilizadas para el propósito del estudio actual y pueden ser incluidas en publicaciones académicas y otro material para el PMA y Anthrologica. Si se publica su fotografía, no se le identificará con nombre y el proceso normal de confidencialidad continuará.

Respecto a la recolección de información para este estudio, apreciaremos enormemente su ayuda y por lo tanto pedimos su consentimiento y cooperación. Si tiene alguna pregunta sobre este estudio, puede contactar a la Asistente del Programa de PMA Ana Isabel Galindo – [a.galindo@wfp.org](mailto:a.galindo@wfp.org) o +50240060378. Si tiene alguna consulta relacionada con su participación también puede contactar al comité de revisión de ética para Guatemala en la Universidad del Valle en la Ciudad de Guatemala – [eticacccs@uvg.edu.gt](mailto:eticacccs@uvg.edu.gt).

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

He sido informado en detalle sobre el propósito y naturaleza de este estudio.

He recibido satisfactoriamente respuestas a todas mis preguntas relacionadas con este estudio.

He decidido que voy a participar voluntariamente y puedo retirarme en cualquier momento por cualquier razón.

Doy mi consentimiento informado para participar en este estudio y que tomen mi fotografía como parte del estudio.

\_\_\_\_\_  
**Nombre del Participante**                      **Firma**    **Fecha**

\_\_\_\_\_  
**Nombre del Testigo**                                      **Firma**    **Fecha**

Como testigo de esta carta, aseguro que toda la información anterior se le ha transmitido con exactitud al participante. También aseguro que ha decidido participar en este estudio libre y voluntariamente.



## **Formulario de aprobación de adolescente (10-17 años)**

*[Información para personas menores de 18 años a quienes se les solicita que sean parte de la investigación formativa].*

### **Alianza de PMA para la Nutrición de Adolescentes: Investigación Formativa**

#### **¿POR QUÉ SE ME HA SOLICITADO SER PARTE DE ESTA INVESTIGACIÓN?**

Se te ha solicitado ser parte de esta investigación sobre la nutrición adolescente en Guatemala y compartir tus ideas bajo los mejores métodos que organizaciones como el Programa Mundial de Alimentos pueden utilizar para hablarte sobre tus necesidades nutricionales. Se te ha solicitado ser parte de este estudio de investigación porque eres una persona entre 10 y 17 años y puedes proporcionar información importante de tus ideas personales y experiencias. Si formas parte en este estudio, serás uno de varios adolescentes que también participan en este estudio.

#### **¿QUIÉN ESTÁ REALIZANDO ESTE ESTUDIO?**

A la persona que conduce este estudio se la llama Investigador Principal (o IP) y, junto con la ayuda de una Asistente de Investigación local, te estarán haciendo preguntas. La Asistente de Investigación local ayudará a traducir tus palabras al IP para que tú puedas hablar en el idioma que te sientas más cómodo.

#### **¿CUÁL ES EL PROPÓSITO DE ESTE ESTUDIO?**

Al realizar este estudio, esperamos aprender sobre tus necesidades nutricionales y experiencias y sobre cómo prefieres recibir la comunicación, o por quién ser contactado, por organizaciones con información como el Programa Mundial de Alimentos.

#### **¿EN DONDE SE LLEVARÁ A CABO EL ESTUDIO Y CUÁNTO TIEMPO DURARÁ?**

El estudio se llevará a cabo en tu comunidad. Se te invitará a asistir a un grupo de discusión o a participar en actividades en grupo con otros adolescentes, dirigido por la IP y la Asistente de Investigación. Cada una de estas sesiones pueden tomar entre 45 minutos y 1 hora. También se te puede solicitar que participes en una entrevista con la IP y la Asistente de Investigación si es necesario. Estas entrevistas toman aproximadamente entre 30 minutos a 1 hora.

#### **¿QUÉ ME PEDIRÁN QUE HAGA?**

Serás invitado a participar en una discusión de grupo o entrevista individual sobre tus experiencias diarias y prácticas alimenticias, y a que compartas tus ideas sobre tus necesidades nutricionales. También se te pedirá que compartas tus ideas sobre cómo organizaciones como el PMA puede comunicarse mejor contigo.

Si formas parte del estudio, se te solicitará que participes en discusiones con la IP y la Asistente de Investigación, o que participes en actividades con otros adolescentes de la misma edad. Si estás de acuerdo que no te importa, vamos a grabar lo que decimos durante la discusión para que yo pueda estar segura de cuáles son tus ideas y poder regresar a escucharlas cuidadosamente para cerciorarme que no me haga falta nada. Tu nombre no estará en la grabación, y nadie más podrá saber quién eres después de la grabación. Solamente yo podré tener esa información, nadie más. Luego, cuando las grabaciones sean transcritas nuestros resultados se publicarán, nadie podrá identificarte. Con tu permiso, podremos también tomar fotografías durante las actividades de grupo.

Tu participación en este proyecto es voluntaria, esto significa que no tienes que participar en la discusión de grupo y que no tienes que responder mis preguntas. Si quieres participar ahora, pero después cambias de opinión, entonces puedes retirarte del estudio sin ninguna penalización. Nadie estará enojado contigo por no participar o escoger no terminar la investigación. Me puedes hacer preguntas en cualquier momento si tienes cualquier duda sobre este proyecto.

### **¿QUÉ COSAS PUEDEN OCURRIR SI PARTICIPO? ¿QUÉ PASA SI NO PUEDO RESPONDER LAS PREGUNTAS?**

Nada malo te va a ocurrir si participas en esta investigación. Estamos interesados en aprender sobre tus ideas personales y experiencias así que podrás responder las preguntas o participar en las actividades de grupo basándote en esas experiencias. Sin embargo, si no tienes una respuesta a la pregunta o no quieres participar en una actividad, no lo tienes que hacer y nadie estará enojado contigo si escoges no responder/participar.

### **¿PASARÁ ALGO BUENO SI FORMO PARTE DE ESTE ESTUDIO?**

No podemos prometer que pasará algo bueno si formas parte de este estudio.

### **¿DEBO FORMAR PARTE EN ESTE ESTUDIO?**

Debes hablar con tu padre/tutor, o alguien más en que confíes sobre formar parte de este estudio. Si no quieres formar parte de este estudio, es tu decisión. Debes formar parte de este estudio solamente porque realmente quieres ser voluntario.

### **¿SI NO QUIERO FORMAR PARTE DEL ESTUDIO, QUÉ PASARÁ?**

Si no quieres estar en el estudio, no pasará nada.

### **¿RECIBIRÉ ALGÚN INCENTIVO POR FORMAR PARTE EN EL ESTUDIO?**

No recibirásningún incentivo por formar parte en este estudio; sin embargo, si participas en actividades de grupo que producen fotos, arte, etc., puede que se te entregue una copia de tu trabajo y es probable que veas tu trabajo reproducido en los informes que van a circular en Guatemala e internacionalmente.

### **¿QUIÉN VERÁ LA INFORMACIÓN QUE YO DE?**

Tu información se unirá a la información de otras personas que forman parte en el estudio así nadie sabrá quién eres.

### **¿PUEDO CAMBIAR DE OPINIÓN Y RETIRARME?**

Si decides formar parte del estudio todavía tienes el derecho de cambiar de opinión después. Nadie va a pensar mal de ti si decides retirarte.

### **¿Y SI TENGO PREGUNTAS?**

Le puedes hacer preguntas al equipo de investigación sobre este estudio en cualquier momento. También puedes hablar con tu padre/tutor u otros adolescentes y adultos en los que confíes sobre este estudio. Si tienes preguntas sobre este estudio, puedes contactar a la Asistente de Programa del PMA Ana Isabel Galindo – [a.galindo@wfp.org](mailto:a.galindo@wfp.org) o +50240060378. Si tienes dudas sobre tu participación puedes contactar al comité de revisión de ética para Guatemala en la Universidad del Valle en la Ciudad de Guatemala – [eticaccss@uvg.edu.gt](mailto:eticaccss@uvg.edu.gt).

### **Aprobación para Participar**

Yo entiendo lo que me pide hacer la persona que conduce este estudio. He pensado sobre esto y estoy de acuerdo en participar en este estudio.

\_\_\_\_\_  
**Nombre del Participante**

\_\_\_\_\_  
**Firma**

\_\_\_\_\_  
**Fecha**

\_\_\_\_\_  
**Nombre del Padre/Tutor**

\_\_\_\_\_  
**Firma**

\_\_\_\_\_  
**Fecha**

Como testigo de esta carta, aseguro que toda la información anterior se le ha transmitido con exactitud al participante. También aseguro que ha decidido participar en este estudio libre y voluntariamente.

## Bibliografía

---

- Angrosino, M. (1998). *Opportunity house: Ethnographic stories of mental retardation* (Casa de Oportunidad: Historias etnográficas de retardo mental). Walnut Creek: Altamira.
- Arends, I., Hordijk, M. (2015). 'Physical and Virtual Public Spaces for Youth: The Importance of claiming spaces in Lima, Peru' (Espacios Públicos Físicos y Virtuales para Jóvenes: La Importancia de solicitar espacios en Lima, Perú). In K. Nairn, P. Kraftl, & T. Skelton (Eds.) *Space, Place and Environment: Geographies of children and young people* (Espacio, Lugar y Ambiente: Geografía de niños y jóvenes) (3): 1-21. 10.1007/978-981-4585-90-3\_16-1
- Asfaw, A. (2011). 'Does consumption of processed foods explain disparities in the body weight of individuals? The case of Guatemala' (¿El consumo de alimentos procesados explica diferencias en el peso corporal de las personas? El caso de Guatemala). *Health Economy* 20 (2): 184-95. doi: 10.1002/hec.1
- Associated Press (2010). *Guatemalan military seizes drug-plagued province overrun by Mexico's Zetas gang* (El Ejército de Guatemala toma departamento invadido por el cartel de drogas de los Zetas de México). [http://www.cleveland.com/world/index.ssf/2010/12/guatemalan\\_military\\_seizes\\_dru.html](http://www.cleveland.com/world/index.ssf/2010/12/guatemalan_military_seizes_dru.html)
- Aubel, J. (2012). 'The role and influence of grandmothers on child nutrition: culturally designated advisors and caregivers' (El rol e influencia de las abuelas en la nutrición infantil: asesoras y cuidadores designadas culturalmente). *Maternal & Child Nutrition* (8 (19-35), doi:10.1111/j.1740-8709.2011.00333.x
- Avila, R. (2014). *Mapping Digital Media* (Mapeo de Medios Digitales). Open Society Foundations. <https://www.opensocietyfoundations.org/reports/mapping-digital-media-guatemala>
- Bassie, K. (2002). 'Corn Deities and the Complementary Male/Female Principle', in *Ancient Maya Gender Identity and Relations* (Divinidades del Maíz y los Principios Complementarios Hombre/Mujer, en la Identidad de Género y Relaciones de los Mayas Antiguos), eds. L.S. Gustafson and A.N. Trevelyan. Westport, Conn. and London: Bergin and Garvey. pp169–190.
- Berdegue, J., Fuenteabla, R. (2001). 'Latin America: The State of Smallholders in Agriculture' ( América Latina: El Estado de los Pequeños Propietarios en la Agricultura). Conference paper on New Directions for Smallholder Agriculture. <https://www.ifad.org/documents/10180/7770b19f-53d7-4ef6-8326-e931c40d356b>
- Black, R., H. Alderman, Z. Bhutta, et al. (2013). 'Executive Summary of The Lancet Maternal and Child Nutrition Series' (Resumen Ejecutivo de la Serie de Nutrición Materno Infantil, *The Lancet*). *The Lancet*. <http://www.thelancet.com/series/maternal-and-child-nutrition>
- Black, R. E., Cesar G. V., S, Walker, P., et al. (2013). 'Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries' (La desnutrición y sobrepeso materno infantil en países de bajo o mediano ingreso). *The Lancet* 382(9890): 427-451.
- Blum, R.W., N.M. Astone, M.R. Decker, et al. (2014). 'A conceptual framework for early adolescence: a platform for research' (Un marco de trabajo conceptual para la adolescencia temprana: una plataforma para investigación). *International Journal of Adolescent Medicine and Health* 26: 321-331. <https://www.degruyter.com/view/j/ijamh.2014.26.issue-3/ijamh-2013-0327/ijamh-2013-0327.xml>
- Britannica (2017). *Chimaltenango*. <https://www.britannica.com/place/Chimaltenango-Guatemala>
- Center for Disease Control (2015). *Social Ecological Model* (Modelo Social Ecológico). <https://www.cdc.gov/cancer/crcp/sem.htm>
- Chacon, V., Letona, P., Villamor, E., et al. (2015). 'Snack food advertising in stores around public schools in Guatemala' (Publicidad de comida chatarra en tiendas alrededor de escuelas públicas en Guatemala), *Critical Public Health* 25(3): 291-298. doi: 10.1080/09581596.2014.953035
- CMI. (2014). *CMI denuncia ataques en su contra tras cobertura en Alta Verapaz*. <https://cmiguate.org/cmi-denuncia-ataques-en-su-contra-tras-cobertura-en-alta-verapaz/>

- Conadur/Segeplan (2014). *Plan Nacional de Desarrollo K'atun Nuestra Guatemala 2032* .  
[http://www.segeplan.gob.gt/downloads/Plan\\_Nacional\\_de\\_Development\\_Katun\\_2032.pdf](http://www.segeplan.gob.gt/downloads/Plan_Nacional_de_Development_Katun_2032.pdf)
- CONJUVE (2012). *Política Nacional de Juventud 2012-2020* <http://conjuve.gob.gt/descargas/pnj.pdf>
- Dialogo (2017). *Guatemala shore its borders cut drug trafficking routes* (La costa de Guatemala corta las rutas del tráfico de drogas). <https://dialogo-americas.com/en/articles/guatemala-shore-its-borders-cut-drug-trafficking-routes>
- Dudley, S. (2010). *Drug Trafficking Organizations in Central America: Transportistas, Mexican Cartels and Maras* (Organizaciones de Tráfico de Droga en Centro América: Transportistas, Carteles Mexicanos y Maras).  
<http://www.stevendudley.com/pdf/Wilson%20Center%20Central%20America%20Dudley%2005%2017%2010.pdf>
- GAIN (2017). *Guatemala Exporter Guide* (Guía de Exportadores de Guatemala).  
[https://gain.fas.usda.gov/Recent%20GAIN%20Publications/Exporter%20Guide\\_Guatemala%20City\\_Guatemala\\_12-23-2015.pdf](https://gain.fas.usda.gov/Recent%20GAIN%20Publications/Exporter%20Guide_Guatemala%20City_Guatemala_12-23-2015.pdf)
- Girls Not Brides (no date). *Child marriage in Guatemala* (El matrimonio infantil en Guatemala).  
<https://www.girlsnotbrides.org/child-marriage/guatemala/>
- El Congreso de la República Guatemala (2003). *Decreto 27-2003* .  
<https://www.unicef.org/guatemala/spanish/LeyProteccionIntegralNinez.pdf>
- El Congreso de la República Guatemala (2014). *Iniciativa de la Ley Nacional de Juventud, 3896*.  
<http://www.congreso.gob.gt/wp-content/plugins/iniciativas-de-ley/includes/uploads/docs/registro4826.pdf>
- El Congreso de la República Guatemala (1964). *Código Civil de Guatemala*.  
[https://www.oas.org/dil/esp/Codigo\\_Civil\\_Guatemala.pdf](https://www.oas.org/dil/esp/Codigo_Civil_Guatemala.pdf)
- FEWSNET (2016). *National Livelihood Zone Map for Guatemala* (Mapa Nacional de Zonas de Medios de Subsistencia de Guatemala).  
[http://www.fews.net/sites/default/files/documents/reports/Consolidated%20GT%20LZ%20document\\_Jan%2031%202017.pdf](http://www.fews.net/sites/default/files/documents/reports/Consolidated%20GT%20LZ%20document_Jan%2031%202017.pdf)
- FAO (2014). '*Informe Nacional: Seguridad Alimentaria y Nutricional y Pueblos Indígenas en Guatemala*'.  
<http://www.fao.org/3/a-ax845s.pdf>
- Fiedler, J. L., and Helleranta, M. (2010). 'Recommendations for improving Guatemala's food fortification program based on household income and expenditure survey (HIES) data' (Recomendaciones para mejorar el programa de fortificación de alimentos de Guatemala basado en los datos de la encuesta el ingreso y gastos del hogar), *Food Nutrition Bulletin* 31 (2):251-69. doi: 10.1177/156482651003100208
- Finlay, J.E., E. Ozaltin and D. Canning. 2011. 'The association of maternal age with infant mortality, child anthropometric failure, diarrhea and anemia for first births: evidence from 55 low- and middle-income countries'. *BMJ Open* 1(2). Doi: 10.1136/bmjopen-2011-000226.
- Fradejas, A. (2013). *Sons and Daughters of the Earth: Indigenous communities and land grabs in Guatemala* (Hijos e hijas de la Tierra: Comunidades indígenas y expropiación de tierras en Guatemala).  
<https://foodfirst.org/publication/sons-and-daughters-of-the-earth-indigenous-communities-and-land-grabs-in-guatemala/>
- Gomes, N. (2010). *Abastecimiento de agua en comunidades bajo condiciones de sequía: análisis costo-beneficio del sistema de provisión de agua potable en la comunidad Maraxco, Chiquimula, Guatemala*.  
[http://repositorio.bibliotecaorton.catie.ac.cr/bitstream/handle/11554/7285/Abastecimiento\\_de\\_agua\\_en\\_comunidades.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.bibliotecaorton.catie.ac.cr/bitstream/handle/11554/7285/Abastecimiento_de_agua_en_comunidades.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Guttmacher Institute (2014a). *Demystifying Data Fact Sheet: Sexual and Reproductive Health of Young Women in Guatemala* (Hoja de Datos de Desmitificación: Salud Sexual y Reproductiva para Mujeres Jóvenes en Guatemala). <https://www.guttmacher.org/fact-sheet/sexual-and-reproductive-health-young-women-guatemala>.
- Guttmacher Institute (2014b). *Factsheet Guatemala* (Ficha de Guatemala). <https://www.guttmacher.org/sites/default/files/factsheet/fb-dd-guatemala.pdf>
- Hernandez, A. (2014). *Enabling the performances of nurses in rural Guatemala: the role of relationships* (Habilitando las actuaciones de las enfermeras en la Guatemala rural: el rol de las relaciones). Medical Dissertation, Umeå University's Department of Public Health and Clinical Medicine, <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:757472/FULLTEXT03.pdf>
- Horton, R., Lo., S. (2013). 'Nutrition a quintessential sustainable development goal' (Nutrición un objetivo de desarrollo sostenible por excelencia). *The Lancet*, 9890: 371-372. [http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(13\)61100-9/fulltext](http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(13)61100-9/fulltext)
- Iannotti, L. L., Robles, M., Pachon, H. Et al. (2012). 'Food prices and poverty negatively affect micronutrient intakes in Guatemala' (Los precios de los alimentos y la pobreza afectan negativamente el consumo de micronutrientes en Guatemala). *Journal of Nutrition* 142 (8):1568-76. doi: 10.3945/jn.111.157321.
- Insight Crime (2017). *Guatemala Elites and Organized crime: The 'Huistas'* (Las Élités y el Crimen organizado de Guatemala). <http://www.insightcrime.org/investigations/guatemala-elites-and-organized-crime-the-huistas>
- INE (2013). *Encuesta Nacional de empleos e Ingresos*. Guatemala, Gobierno de Guatemala. <http://www.ine.gob.gt/sistema/uploads/2014/01/08/eSwVI9IGfRjYHtE8Bc6ta7vnq6xh1ADJ.pdf>
- INE (2014a). *Encuesta Nacional de Condiciones de Vida* <https://www.ine.gob.gt/sistema/uploads/2016/02/03/bWC7f6t7aSbEI4wmuExoNR0oScpSHKyB.pdf>
- INE (2014b). *Caracterización Departamental de Alta Verapaz* <https://www.ine.gob.gt/sistema/uploads/2015/07/20/1fSmvzhbVVOQ5jcalarWvnNo3yoeBPu0.pdf>
- INE (2014c). *Caracterización departamental Chimaltenango 2013* <https://www.ine.gob.gt/sistema/uploads/2015/07/20/uYeKswXf9BHOJHZZZ7f7eR8CaMWVXnzg.pdf>
- IDS (2017). *Mobile phone versus the food basket in Guatemala* (Teléfono celular versus canasta básica en Guatemala). [www.ids.ac.uk/opinion/mobile-phones-vs-the-food-basket-in-guatemala](http://www.ids.ac.uk/opinion/mobile-phones-vs-the-food-basket-in-guatemala)
- International Center for Tropical Agriculture (2011). *Case Study Guatemala* (Guatemala, Caso de Estudio). [http://dapa.ciat.cgiar.org/wp-content/uploads/2011/07/Case-Study\\_Guatemala-.pdf](http://dapa.ciat.cgiar.org/wp-content/uploads/2011/07/Case-Study_Guatemala-.pdf)
- IFAD, IDB, IOM et al. (2017). *Food security and emigration. Why people flee and the impact on family members left behind in el Salvador, Guatemala and Honduras* (Seguridad alimentaria y migración. Por qué se va la gente y el impacto en los miembros de la familia que se quedan en El Salvador, Guatemala y Honduras). [https://docs.wfp.org/api/documents/WFP-0000022124/download/?\\_ga=2.159998201.572103950.1521381900-496115810.1521030933](https://docs.wfp.org/api/documents/WFP-0000022124/download/?_ga=2.159998201.572103950.1521381900-496115810.1521030933)
- IOM, LSE and WFP (2015). *Hunger Without Borders: an exploratory study* (Hambre sin fronteras: un estudio exploratorio). [http://documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/liaison\\_offices/wfp277544.pdf?\\_ga=2.79576916.1156507607.1502438919-1818151281.1501232199](http://documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/liaison_offices/wfp277544.pdf?_ga=2.79576916.1156507607.1502438919-1818151281.1501232199)
- James, A., Jenks, C., Prout, A. (1998). *Theorizing Childhood* (Teorizando la Niñez). Cambridge: Polity Press.
- Johnson, G. (2011). 'A Child's Right to Participation: Photovoice as Methodology for Documenting the Experiences of Children living in Kenyan Orphanages' (El Derecho de la Niñez a Participar: Método de fotovoz para documentar las experiencias de la niñez en los orfanatos en Kenia). *Visual Anthropology Review* 2: 141-161.
- Kaplan, P.S. (2004). *Adolescence* (Adolescencia). Boston: Houghton Mifflin Company.

- La Vanguardia (2017). *Arrestado en Guatemala un líder de la mara Salvatrucha*. <http://www.lavanguardia.com/internacional/20171014/432044998680/lider-mara-salvatrucha-detenido-guatemala.html>
- Lea, T. (2017). 'The Rural Q'eqchi Maya Consciousness and the Agricultural Rituals: A case of San Agustín Lanquín, Guatemala' (Conocimiento de los Maya Q'eqchi Rurales y los Rituales Agrícolas: Un caso en San Agustín Lanquín, Guatemala). *International Journal of Humanities and Social Sciences* 11. [www.waset.org/publications/10008159](http://www.waset.org/publications/10008159)
- Leenstra, T, Petersen, L.T., Kariuki, S., et al. (2005). 'Prevalence and Severity of Malnutrition and Age at Menarche; Cross-sectional Studies in Adolescent Schoolgirls in Western Kenya' (Prevalencia y Gravedad de la Malnutrición y Edad en Menarche; Estudios intersectoriales en las Estudiantes Adolescentes en el Oeste de Kenia), *European Journal of Clinical Nutrition* 59(1), 41-48.
- Loewenberg, S. (2016). 'Guatemala's malnutrition crisis' (Crisis de malnutrición en Guatemala). *Lancet* 374 (9685): 187-9.
- Manderson, L. (1987). 'Hot-cold food and medical theories: Overview and introduction' (Alimentos calientes/fríos y las teorías médicas: Panorama e introducción), *Social science and Medicine* 25 (4): 329-330. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3686083>
- MARN. (2013). *Programa de acción nacional de lucha contra la desertificación y sequía de Guatemala*. <http://www.marn.gob.gt/documentos/unideseq/proandys.pdf>
- Mazariegos, A.. (2016). *Guatemala: Vulnerability to Climate Change* (Guatemala: Vulnerabilidad al Cambio Climático). [https://sites.tufts.edu/gis/files/2016/01/Mazariegos\\_Alejandra\\_DHPP207\\_2016.pdf](https://sites.tufts.edu/gis/files/2016/01/Mazariegos_Alejandra_DHPP207_2016.pdf)
- MSPAS, CONJUVE, SEGEPLAN (2013). *Plan Nacional De Prevención de Embarazos en Adolescentes y Jóvenes* (National Plan for the Prevention of Teenage Pregnancy). <http://conjuve.gob.gt/descargas/PLANEA.pdf>
- MSPAS (2014). *Política de Bienestar y Salud para la Adolescencia y la Juventud 2015-2024* [http://www.osarguatemala.org/osartemporal/Archivos/PDF/201612/351\\_3.pdf](http://www.osarguatemala.org/osartemporal/Archivos/PDF/201612/351_3.pdf)
- MSPAS, INE, ICF International (2017). '*Encuesta nacional de salud materno infantil 2014-2015. Informe final*'. Guatemala: Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. <http://www.mspas.gob.gt/index.php/component/jdownloads/send/92-encuesta-nacional-de-salud-materno-infantil-2014-2015/250-vi-encuesta-nacional-de-salud-materno-infantil-2014-2015>
- Mingoria, S., (2017). 'Violence and visibility in oil palm and sugarcane conflicts: the case of Polochic Valley in Guatemala' (Conflictos de violencia y visibilidad en la palma y caña de azúcar: el caso del Valle del Polichic en Guatemala) , *The Journal of Peasant Studies*. <http://dx.doi.org/10.1080/03066150.2017.1293046>
- MINEDUC (2016). *Educational Statistical Yearbook* (Anuario de Estadística Educacional). [http://mineduc.gov.rw/fileadmin/user\\_upload/pdf\\_files/2016\\_Education\\_Statistical\\_Yearbook.pdf](http://mineduc.gov.rw/fileadmin/user_upload/pdf_files/2016_Education_Statistical_Yearbook.pdf)
- Nagata, J. M., Barg F., Vallengia, C., and Bream, K. (2011). 'Coca-colonization and hybridization of diets among the Tz'utujil Maya' (Coca-colonización e hibridización de las dietas de los Maya Tz'utujil), *Ecology of Food and Nutrition* 50 (4):297-318. doi:10.1080/03670244.2011.568911
- Narayan, K. (2012). *Alive in the writing: Crafting ethnography in the company of Chekhov* (Vivos en los escritos: Elaboración de etnografía en la compañía de Chekhov). Chicago: University of Chicago Press.
- Ohlhorst, S., R. Russel, D. Bier, et al. (2013). 'Nutrition research to affect food and a healthy lifespan' (Investigación nutricional que afecta los alimentos y la vida útil saludable). *Advances in Nutrition*. 4: 579-584. doi: 10.3945/jn.113.180638
- Olthoff, J. (2006). *A Dream Denied. Teenage Girls in Migrant Popular Neighbourhoods, Lima, Peru* (Un Sueño Negado. Las Adolescentes en Vecindarios Populares de Migrantes, Lima, Perú). Proefschrift, Faculteit Geowetenschappen, Universiteit Utrecht.



OpenSignal (2018). *Tigo Cobertura, Claro Cobertura, Movistar Cobertura*.

<https://opensignal.com/networks/guatemala/tigo-cobertura>

<https://opensignal.com/networks/guatemala/movistar-cobertura>

<https://opensignal.com/networks/guatemala/claro-cobertura>

PAHO (2012). 'Guatemala'. *Health in the Americas*. [http://www.paho.org/salud-en-las-americas-2012/index.php?option=com\\_docman&view=download&category\\_slug=hia-2012-country-chapters-22&alias=132-guatemala-132&Itemid=231&lang=en](http://www.paho.org/salud-en-las-americas-2012/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=hia-2012-country-chapters-22&alias=132-guatemala-132&Itemid=231&lang=en)

Patton, G.S., J.S. Sawyer, D.A. Santelli, et al (2016). 'Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing' (Nuestro futuro: una comisión de Lancet en la salud y bienestar de la adolescencia). *Lancet* 387: 2423-2478. [http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(16\)00579-1/fulltext](http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(16)00579-1/fulltext)

Pehlke, E., Letona, P., Hurley, K., Gittelsohn, J. (2016). 'Guatemalan school food environment: Impact on schoolchildren's risk of both undernutrition and overweight/obesity' (Ambiente de alimentación en la escuela en Guatemala: Impacto en el riesgo de los alumnos tanto de desnutrición como de sobrepeso/obesidad). *Health Promotion International* 31 (3), 542-500. DOI: 10.1093/heapro/dav011

Pope, J., Harbor, L., Zanotti, G., Shao, D., Bowen, G., R. Burniske. (2016). 'Cloud Forest Conservation in the Central Highlands of Guatemala Hinges on Soil Conservation and Intensifying Food Production' (Conservación del Bosque Nuboso en el Altiplano Central de Guatemala Depende de la Conservación del Suelo e Intensificación en la Producción de Alimentos). *The Professional Geographer*, 68 (1), 1-13.

Population Council (no date). *Abriendo Oportunidades*. <http://www.popcouncil.org/research/abriendo-oportunidades-opening-opportunities>

Ramirez-Zea, M., Kroker-Lobos, M., Close-Fernandez R., et al. (2014). 'The double burden of malnutrition in indigenous and nonindigenous Guatemalan populations' (La doble carga de la desnutrición en las poblaciones indígenas y no indígenas de Guatemala), *American Journal of Clinical Nutrition* 100: 6 1644S-1651S [ajcn.114.083857v1](http://ajcn.114.083857v1)

Renner, S., Voigt, M., Markussen, M. (2016). 'Regional Deforestation in a tropical montane cloud forest in Alta Verapaz, Guatemala' (La deforestación regional en una montaña tropical puede forestar en Alta Verapaz, Guatemala). *Ecotropica* 12 (43-49).

Reporteros Sin Fronteras. (2017). *Polémica reforma de la Ley de Telecomunicaciones: 'se perjudica a las radios comunitarias y no se respeta el pluralismo real'*. <https://rsf.org/es/noticias/polemica-reforma-de-la-ley-de-telecomunicaciones-se-perjudica-las-radios-comunitarias-y-no-se>

Rodriguez Mega, E. (2017). *Cocaine Trafficking Destroying Central America's Forests* (El Tráfico de Cocaína está Destruyendo los Bosques de Centro América). <http://www.sciencemag.org/news/2017/06/cocaine-trafficking-destroying-central-america-s-forests>

Sawyer, S., Azzopardi, P., Wichremarathne, D., Patton, G. (2018). 'The age of adolescence' (La edad de la adolescencia), *The Lancet Child & Adolescent Health* 2(3), 223-228. [doi.org/10.1016/S2352-4642\(18\)30022-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(18)30022-1)

SEGEPLAN (2003). *Política Pública de Protección Integral y Plan de Acción Nacional para la Niñez y Adolescencia de Guatemala*.

[http://www.segeplan.gob.gt/downloads/clearinghouse/politicas\\_publicas/Grupos%20Vulnerables/Pol%C3%ADtica%20Ni%C3%B1ez%20y%20Adolescencia.pdf](http://www.segeplan.gob.gt/downloads/clearinghouse/politicas_publicas/Grupos%20Vulnerables/Pol%C3%ADtica%20Ni%C3%B1ez%20y%20Adolescencia.pdf)

SESAN. (2016). *Estrategia nacional para la prevención de la desnutrición crónica 2016-2020*.

<http://www.sesan.gob.gt/wordpress/wp-content/uploads/2017/07/Estrategia-para-la-Prevencion-de-la-Desnutricion-Cronica.pdf>

Sesnie, S., Tellman, B., Wrathall, D. et al. (2017). 'A spatio-temporal analysis of forest loss related to cocaine trafficking in Central America' (Un análisis *spatio-temporal* en la pérdida de los bosques relacionada con el tráfico de cocaína en Centro América), *Environmental Research Letters* 12 (5): <http://iopscience.iop.org/article/10.1088/1748-9326/aa6fff>

- Solano, L. (2015). *Palma africana y empresas se expanden aceleradamente a lo largo de la FTN*. <https://web.archive.org/web/20150720045208/http://www.albedrio.org/hm/otrosdocs/comunicados/EnfoqueNo.36-PalmaafricanaFTN-2015.pdf>
- Steinberg, L. (2014). *Age of Opportunity: Lessons from the New Science of Adolescence* (Edad de Oportunidad: Lecciones de la Nueva Ciencia de la Adolescencia). Boston, MA: Houghton Mifflin Harcourt.
- SUN (2016a). *The Scaling Up Nutrition (SUN) movement, annual progress report*. [https://docs.scalingupnutrition.org/wpcontent/uploads/2016/11/SUN\\_Report\\_20161129\\_web\\_All.pdf](https://docs.scalingupnutrition.org/wpcontent/uploads/2016/11/SUN_Report_20161129_web_All.pdf)
- SUN (2016b). *SUN Movement Strategy and Roadmap (2016-2020)* (Estrategia y Plan del Movimiento SUN). <http://scalingupnutrition.org/about-sun/the-sun-movement-strategy/>
- SUN (2017). *Scaling Up Nutrition: Guatemala* (Mejorando la Nutrición: Guatemala). <http://scalingupnutrition.org/sun-countries/guatemala/>
- Taylor, M. (2017). 'Drug Money Traffickers Destroying Swaths of Forest in Central America' (Los Traficantes de Dinero de las Drogas Destruyen con Rapidez los Bosques de Centro América). *The Guardian*, May 16 2017. <https://www.theguardian.com/environment/2017/may/16/drug-money-traffickers-destroying-swaths-forest-central-america>
- Thurnham, D. (2013). 'Nutrition of Adolescent Girls in Low-and Middle-income Countries' (Nutrición de las Adolescentes en Países de Bajo y Mediano Ingreso). *Sight Life* 27: 26-37.
- UNFPA (2017). *State of the World Report* (Estado del Informe Mundial). [https://indonesia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/State\\_of\\_World\\_Population\\_Report\\_SWOP\\_2017.pdf](https://indonesia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/State_of_World_Population_Report_SWOP_2017.pdf)
- UNICEF (2014). *Module 1: What is the Social Ecological Model* (Módulo 1: Qué es el Modelo Social Ecológico). [https://unicef.org/cbsc/files/Module\\_1\\_SEM-C4D.docx](https://unicef.org/cbsc/files/Module_1_SEM-C4D.docx)
- UNWOMEN (2017). *Guatemala*. <http://lac.unwomen.org/en/donde-estamos/Guatemala>
- USAID (2016). *USAID Country Profile: Property Rights and Resource Governance* (USAID Perfil del País: Derechos de Propiedad y Administración de Recursos). [http://usaidlandtenure.net/wp-content/uploads/2016/09/USAID\\_Land\\_Tenure\\_Guatemala\\_Profile\\_0.pdf](http://usaidlandtenure.net/wp-content/uploads/2016/09/USAID_Land_Tenure_Guatemala_Profile_0.pdf)
- Venator, J., Reeves, R. (2015). *Weight and social mobility: taking the long view on childhood obesity* (Peso y movilidad social: perspectiva a largo plazo de la obesidad infantil). <https://www.brookings.edu/research/weight-and-social-mobility-taking-the-long-view-on-childhood-obesity/>
- Verite (2017). *Research on Indicators of Forced Labor in the Guatemala Coffee Sector* (Investigación de los Indicadores de Trabajo Forzado en el Sector Cafetalero de Guatemala). [https://www.verite.org/wp-content/uploads/2016/11/Research-on-Indicators-of-Forced-Labor-in-the-Guatemala-Coffee-Sector\\_9.16.pdf](https://www.verite.org/wp-content/uploads/2016/11/Research-on-Indicators-of-Forced-Labor-in-the-Guatemala-Coffee-Sector_9.16.pdf)
- Walter, R. A., Hawkins, J. (2007). *Healthcare in Maya Guatemala: confronting medical pluralism in a developing country* (Cuidado de la salud en la Guatemala Maya: confrontando pluralismo médico en un país en desarrollo). University of Oklahoma Press.
- Wang, C., and Burris, M. (1994). 'Empowerment through Photo Novella: Portraits of Participation' (Empoderamiento a través de Foto Novela: Retratos de Participación). *Health Education Quarterly* 21: 171-186.
- Wilson, R. (1964). *Maya Resurgence in Guatemala: Q'eqchi' Experiences* (Resurgimiento Maya en Guatemala: Experiencias Q'eqchi). University of Oklahoma Press.
- Worldbank (2016). *Setting a historical precedent for land rights for more than 1,600 indigenous families and four communities in Guatemala* (Estableciendo precedentes históricos de derechos de tierra para más de 1,600 familias indígenas y cuatro comunidades en Guatemala). <http://www.worldbank.org/en/results/2016/09/21/land-rights-indigenous-families-communities-guatemala>

Worldbank (2017) *Guatemala Country Profile* (Perfil de País de Guatemala).

<http://www.worldbank.org/en/country/guatemala/overview>

WFP (in publication). *Fill the Nutrient Gap Report Guatemala. Summary report.* (PMA (en publicación).

Estudio Cierre de Brecha de Nutrientes Guatemala. Informe resumido.)

