

MATERIAL DIDÁCTICO COMUNITARIO

Guía para la continuidad del proyecto CAP Comunidad de Mata Hambre

Propósito de la guía

Orientar a la comunidad en la continuidad de actividades educativas, expresivas, deportivas, digitales y de apoyo para fortalecer el autocuidado, la prevención de ITS y la reducción del consumo de sustancias.



“Mata Hambre + Salud: Saber, Sentir, Actuar”

Santo Domingo, D.N. • 2025

Identificación del material



Nombre del proyecto

Vive Libre, Vive con Salud: Prevención de ITS y sin consumo de alcohol, tabaco, cigarrillos, vaper y hookah en Mata Hambre.

Nombre del material

Guía didáctica comunitaria para la continuidad y réplica de actividades educativas.

Lugar de aplicación

Comunidad de Mata Hambre.

Población orientada

Mayores de 18 años, familias, líderes comunitarios, promotores de salud, voluntarios y personal de apoyo de la UNAP.

Duración sugerida

12 semanas de continuidad, con posibilidad de repetir actividades durante el año.

Enfoque metodológico

Educación comunitaria participativa, aprendizaje social, motivación para el cambio, reflexión emocional, acompañamiento de pares y uso responsable de medios digitales.

Presentación, objetivo y principios

Presentación

La guía busca dar continuidad al proyecto comunitario mediante estrategias prácticas para planificar, ejecutar, evaluar y dar seguimiento a actividades de prevención, autocuidado y apoyo comunitario.

Objetivo del material didáctico

Orientar a la comunidad de Mata Hambre en la continuidad de actividades educativas, expresivas, deportivas, digitales y de apoyo, con estrategias sencillas y replicables.

“Cuidar tu vida es una decisión diaria. Saber no basta: hay que actuar a tiempo.”

Principios clave

Hablar con respeto, sin burlas ni juicios.
Usar un lenguaje claro, cercano y comprensible.
Promover decisiones libres, responsables e informadas.
Escuchar antes de orientar.

Compromisos de trabajo comunitario

Cuidar la confidencialidad.
Involucrar jóvenes, familias, líderes, iglesias, clubes y centros educativos.
Registrar participación y evidencias para evaluar avances.

Organización del equipo comunitario

Roles y funciones principales

Coordinador/a comunitario/a

Convoca reuniones, organiza el cronograma y asigna responsabilidades.

Facilitador/a educativo/a

Conduce charlas, talleres, diálogos y actividades de reflexión.

Equipo juvenil voluntario

Apoya la convocatoria, dinamiza actividades y produce contenidos para redes.

Enlace con la UNAP

Canaliza orientación en salud, apoyo emocional e información sobre ITS.

Responsable de materiales y evidencias

Gestiona recursos, asistencia, fotografías y testimonios.



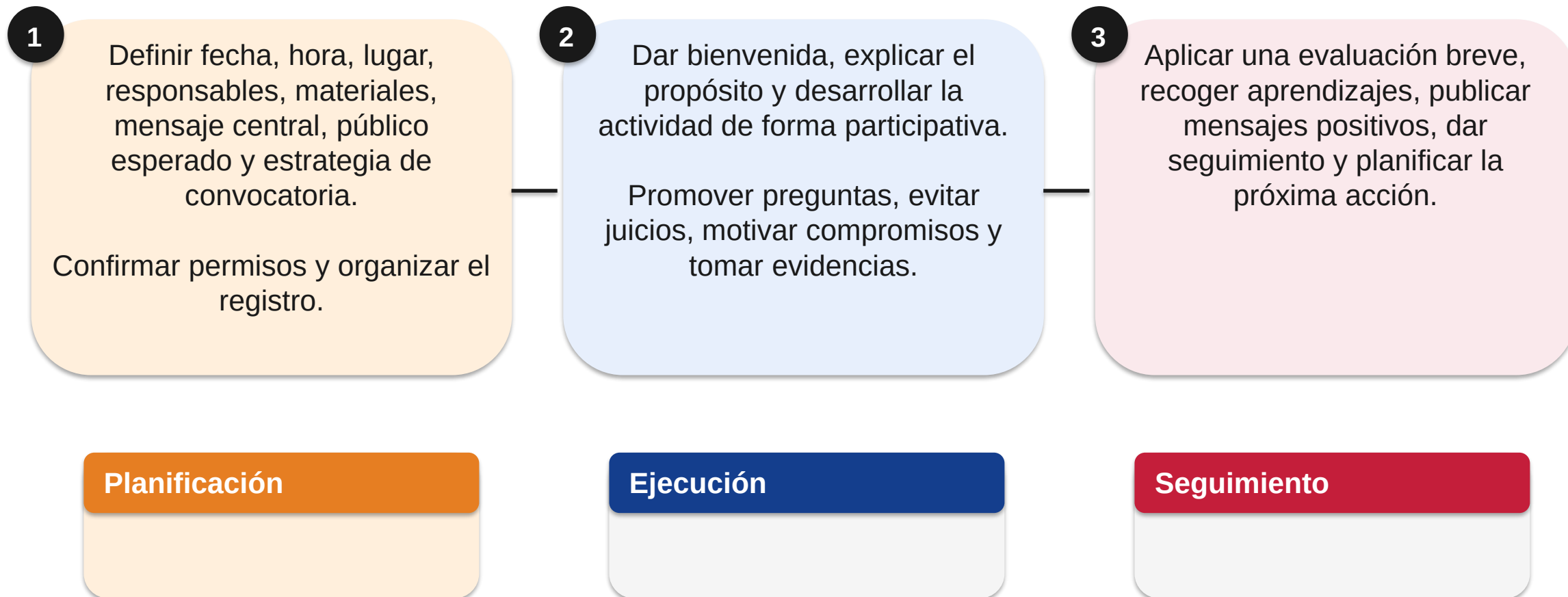
Rol transversal

El/la moderador(a) de diálogo garantiza el respeto, promueve la participación y evita comentarios ofensivos o discriminatorios.

Trabajo colaborativo e interdisciplinario

Ruta general para realizar cualquier evento

Esquema operativo antes, durante y después de cada actividad.



La consistencia semanal y el registro de evidencias son claves para la continuidad del proyecto.

Estrategias didácticas por evento comunitario

Nueve fichas orientan la réplica de actividades comunitarias.

1. Reto “3 días sin fumar, vapear o consumir hookah”

2. Taller “Cuida tu cuerpo, valora tu vida”

3. Video testimonio y diálogo guiado

4. Mural comunitario de salud

5. Evento deportivo comunitario

6. Campaña comunitaria en redes sociales

7. Capacitación a líderes comunitarios

8. Punto de apoyo desde la UNAP

9. Grupos teatrales o dramatizaciones de calle



Fichas 1 a 3: reto, taller y diálogo guiado

Ficha 1. Reto “3 días sin fumar...”

Propósito: iniciar un cambio voluntario con apoyo de pares.

Claves: lista de inscritos, grupo de WhatsApp, mensajes motivadores diarios, testimonios y encuentro de cierre.

Ficha 2. Taller “Cuida tu cuerpo, valora tu vida”

Propósito: reflexionar sobre consumo, ITS, metas personales y bienestar comunitario.

Claves: casos cercanos, trabajo en grupo, compromisos personales y evaluación breve.

Ficha 3. Video testimonio y diálogo guiado

Propósito: inspirar decisiones saludables mediante historias reales o dramatizadas.

Claves: preguntas orientadoras, frase comunitaria y difusión de aprendizajes.



Mensajes centrales

Mensajes clave:

“Tres días pueden ser el primer paso para una vida más saludable.”

“Tu cuerpo es tu casa: protégetelo, escúchalo y valora tu vida.”

“Escuchar una historia puede ayudarnos a tomar mejores decisiones.”

Fichas 4 a 6: mural, deporte y redes sociales



Ficha 4. Mural comunitario de salud

Símbolo visual permanente del autocuidado y la unión comunitaria.
Incluye boceto, permisos, jornada de pintura, inauguración y cuidado del espacio.

Ficha 5. Evento deportivo comunitario

Promueve recreación sana, integración social y mensajes de prevención a través del deporte.
Incluye intermedios con mensajes breves y actividades reflexivas.

Ficha 6. Campaña comunitaria en redes sociales

Amplía el alcance del proyecto con contenidos digitales: videos, dramatizaciones, frases preventivas y testimonios voluntarios.

Mensajes clave: “Mata Hambre elige vivir con salud”, “El deporte también es prevención, unión y salud”, “Cuidarte también es tendencia”.

Fichas 7 a 9: liderazgo, apoyo y dramatización

Ficha 7. Capacitación a líderes comunitarios

Forma líderes capaces de replicar charlas, orientar a la comunidad, movilizar participantes y sostener el proyecto después de la intervención inicial.

Ficha 8. Punto de apoyo desde la UNAP

Facilita orientación, escucha y canalización oportuna sobre salud, ITS, consumo de sustancias, apoyo emocional y rutas de ayuda.

Ficha 9. Grupos teatrales o dramatizaciones de calle

Sensibiliza mediante escenas breves sobre presión social, toma de decisiones, prevención de ITS y búsqueda de ayuda.



Seguimiento

Evidencias sugeridas:

Listas de líderes capacitados.

Registro confidencial de orientaciones.

Guiones, fotos y respuestas del público.

Un líder comunitario acompaña, escucha y moviliza

Plan de continuidad sugerido para 12 semanas

1 Reunión con líderes

Equipo conformado

2 Capacitación básica

Líderes preparados

3 Reto 3 días

Grupo de apoyo activo

4 Taller de concientización

Compromisos personales

5 Video y diálogo

Mensajes clave

6 Diseño del mural

Permisos y materiales listos

7 Realización del mural

Mural terminado

8 Evento deportivo

Recreación saludable

9 Teatro de calle

Público sensibilizado

10 Campaña en redes

Mensajes difundidos

11 Jornada de orientación

Punto de apoyo reconocido

12 Cierre y evaluación

Plan renovado

Mensajes, diálogo y herramientas de trabajo

Mensajes educativos breves

- El consumo puede afectar tu salud, tus decisiones y tus metas.
- Vaper y hookah también pueden causar daño.
- Protegerte es respeto a tu vida.
- Decir no también es valentía.

Preguntas para promover el diálogo

- ¿Qué situaciones aumentan el riesgo?
- ¿Qué hacer ante la presión de grupo?
- ¿Qué significa cuidarse?
- ¿Dónde buscar ayuda?

Guion breve de inicio

Bienvenida respetuosa, propósito del encuentro, invitación a participar con confianza y compromiso personal de autocuidado.

Checklist para organizar cada evento

- | | |
|---|---|
| ☒ Fecha, hora y lugar definidos | ☒ Lista de asistencia lista |
| ☒ Responsables asignados | ☒ Mensaje central definido |
| ☒ Materiales preparados | ☒ Evaluación preparada |
| ☒ Convocatoria realizada | ☒ Responsable de evidencias |
| ☒ Permisos gestionados | ☒ Próxima actividad anunciada |

Participación • Respeto • Seguimiento

Formatos e indicadores de seguimiento

Formatos de apoyo

- Registro de asistencia
- Bitácora comunitaria
- Compromiso comunitario firmado

Bitácora comunitaria

Registra nombre de la actividad, fecha, responsables, participación, aprendizajes, dificultades, acuerdos y próxima acción.

Compromiso comunitario

Cuidar la salud, orientar a otros sin juzgar, participar en actividades y promover decisiones responsables.

Indicadores sencillos de seguimiento

Número de actividades realizadas **Semanal**

Participación comunitaria **Cada evento**

Líderes capacitados **Mensual**

Mensajes digitales publicados **Semanal**

Personas orientadas por la UNAP **Mensual**

Compromisos asumidos **Cada evento**



Sostenibilidad y cierre motivador

Recomendaciones para la sostenibilidad

Mantener un comité comunitario activo con reuniones mensuales.

Repetir las actividades de mayor impacto.

Integrar nuevos voluntarios jóvenes en cada actividad.

Coordinar espacios periódicos de orientación y escucha.

Documentar asistencia, fotografías autorizadas, bitácoras y resultados.

Aprovechar fechas importantes de salud para jornadas especiales.

Distribuir funciones para no depender de una sola persona.



“Este proyecto no es de afuera. Es de nosotros y para nosotros.”

Juntos podemos proteger a nuestros jóvenes, motivar el cambio y construir una comunidad más sana.

Gracias