



MANUALES DE EMERGENCIA · AGUA E HIGIENE

Gotas que cuidan

Metodología de 5 talleres para formar promotoras comunitarias de agua segura e higiene en emergencias

Fundación Lunita Lunera · 2026





Contenido

- **El proceso formativo**
Para quién, enfoques, estructura y cómo facilitar

- 1 El agua que tenemos**
El agua como derecho, justicia hídrica y cuidados

- 2 Del río al vaso**
La cadena del agua segura y el tratamiento en el hogar

- 3 Manos que cuidan**
Diagrama F, lavado de manos e higiene de los alimentos

- 4 Cuerpos dignos**
Baños seguros, gestión menstrual y protección

- 5 Promotoras en acción**
Promover desde la educación popular y plan comunitario

- **Sesiones únicas en albergues**
Siete sesiones de 60 minutos para promover agua segura e higiene

- **Guía para las facilitadoras**
Fundamentos, marco conceptual de cada taller y práctica de la facilitación

- **Anexos**
Fichas para el barrio y para evaluar

PARA RECORDAR

Esta metodología acompaña el **Manual de agua segura y promoción de higiene** (capítulo 08, «Promoción de la higiene»). Incluye un proceso de cinco talleres para formar promotoras y **siete sesiones únicas** para hacer promoción en albergues.



El proceso formativo

No formamos repetidoras de mensajes: formamos promotoras que leen su barrio y lo transforman.

Un proceso, no talleres sueltos

Entre taller y taller, una misión práctica en el barrio con acompañamiento en terreno



Son **cinco talleres de 3 horas** (15 horas en total) para formar **promotoras comunitarias de agua segura e higiene**. Entre un taller y otro, cada persona hace una **misión práctica** en su barrio, albergue o escuela, y la facilitadora de la FULULU la acompaña en terreno. El proceso termina con un **plan comunitario de agua e higiene** construido por las propias promotoras.

Para quién

Participantes	Por qué
Lideresas y promotoras comunitarias	Conocen el barrio, tienen la confianza de las vecinas y sostienen las redes de cuidado.
Adolescencias y juventudes	Llegan a sus pares y a las niñeces; pueden liderar campañas y monitorear baños y puntos de agua.
Integrantes de juntas de agua y comités de albergue	Gestionan el agua y los espacios comunes; su compromiso hace sostenible el cambio.
Docentes y personal de espacios amigables	Llevan las prácticas a la escuela y a los espacios con niñeces.

Grupos de **15 a 25 personas**, con **diversidad de género, edad y nacionalidad**. Procuramos que haya hombres: el agua y la higiene no son solo «cosa de mujeres». Si hay adolescencias, se acuerda con sus familias y se cuidan los horarios.



Desde nuestros enfoques



Enfoque	Cómo se nota en los talleres
Educación popular	Cada taller sigue sentir-pensar-actuar y parte de lo que el barrio ya sabe y hace con el agua. La teoría llega para ordenar esa práctica y vuelve al barrio con la misión.
Facilitación horizontal	La facilitadora pregunta, ordena y aporta lo que falta. Nadie «enseña higiene» a quien vive sin agua: construimos juntas lo posible.
Feminista	Miramos quién carga el agua, quién cuida a las personas enfermas y quién decide. Buscamos repartir los cuidados y que las mujeres decidan.
Derechos de niñas y adolescentes	Las niñas y adolescencias son promotoras, no solo destinatarias. Cada taller pregunta: ¿cómo lo viven ellas y ellos?
Justicia hídrica	No culpamos a las familias por enfermarse: nombramos las causas (cortes, contaminación, abandono) y organizamos la exigencia del derecho.

La estructura de cada taller (180 minutos)

Tiempo	Momento	Qué hacemos
15 min	Llegada y ritual	Bienvenida con agua para beber, ritual de inicio y retomar la misión anterior.
30 min	Sentir	Una dinámica que conecta con la experiencia y las emociones sobre el agua y el cuerpo.
50 min	Pensar	Construcción colectiva del concepto y aporte de los estándares.
15 min	Pausa	Refrigerio, con lavado de manos antes de comer: la práctica empieza aquí.
55 min	Actuar	Práctica con materiales reales: clorar, construir, recorrer, ensayar.
15 min	Cierre	Misión, evaluación rápida y ritual de cierre.



Cómo facilitar

- **Dos facilitadoras por taller:** una conduce y otra registra, observa el clima y apoya las prácticas.
- **Acuerdos de convivencia** en el primer taller: respeto, escucha, nadie se burla de cómo vive otra familia, derecho a no hablar.
- **Lenguaje sencillo:** nada de «WASH» sin explicarlo; hablamos de agua, baños y manos limpias.
- **Materiales reales:** cloro, goteros, bidones, jabón, botellas, comparador de cloro, cintas. La higiene se aprende haciendo.
- **Coherencia:** el lugar del taller tiene agua segura para beber, jabón y baños limpios. Si no los tiene, lo convertimos en tema de conversación.

HERRAMIENTA

Ritual del agua: en el primer taller cada persona echa un poco de agua en un recipiente común y dice qué significa el agua en su vida. El recipiente vuelve en cada taller; en el último, regamos una planta con esa agua y leemos el plan comunitario.



El agua que tenemos

El agua es un derecho, y en nuestro barrio tiene historia.

Ficha del taller	
Objetivo	Que las participantes reconozcan el agua como derecho humano y bien común, analicen críticamente cómo acceden al agua en su barrio y nombren el trabajo de cuidado que implica.
Al terminar sabrán	Explicar el derecho humano al agua; dibujar el mapa del agua de su barrio; identificar quién carga, trata y decide sobre el agua.
Materiales	Papelógrafos, marcadores, recipiente común para el ritual, tarjetas, una cubeta de 20 litros llena.

Tiempo	Momento	Qué hacemos
15 min	Llegada y ritual	Presentación: nombre, barrio y «¿de dónde sacaste el agua esta mañana?». Ritual del agua y acuerdos.
30 min	Sentir	«Cargar el agua».
50 min	Pensar	El mapa del agua del barrio.
15 min	Pausa	
55 min	Actuar	El reloj del cuidado y el derecho al agua.
15 min	Cierre	Misión, evaluación con caritas y cierre.



Sentir: cargar el agua (30 min)

- 1 La facilitadora pone una cubeta llena de 20 litros en el centro. Quien quiera la levanta y camina unos pasos.
- 2 En ronda: ¿quién en tu casa carga el agua? ¿Desde dónde? ¿Cuántas veces al día? ¿Qué sentiste en el cuerpo?
- 3 Conversamos sobre lo que sentimos cuando no hay agua: rabia, cansancio, vergüenza, miedo a que las hijas e hijos se enfermen.
- 4 La facilitadora cierra: el agua que falta se paga con el cuerpo y el tiempo, casi siempre de las mujeres y las niñas.

Pensar: el mapa del agua (50 min)

- 1 Por barrios o sectores, dibujan en un papelógrafo: casas, fuentes de agua, puntos de agua, río, tanques, baños, basura, zonas que se inundan y lugares inseguros.
- 2 Marcan con colores: agua que se puede tomar (azul), agua dudosa (amarillo), agua contaminada (rojo).
- 3 Presentan sus mapas. La facilitadora pregunta: ¿por qué unas zonas tienen agua y otras no? ¿Quién decide? ¿Qué pasó con el derrame o con los cortes?
- 4 La facilitadora aporta: derecho humano al agua (ONU, 2010), Constitución art. 12 y 318, competencia del GAD, juntas de agua, 15 litros por persona como mínimo de emergencia.

Actuar: el reloj del cuidado (55 min)

- 1 En grupos, dibujan un reloj de 24 horas de una familia del barrio y marcan todas las tareas relacionadas con el agua: buscar, cargar, hervir, lavar, bañar a las niñas, cuidar a quien se enferma.
- 2 Escriben al lado quién hace cada tarea.
- 3 Plenaria: ¿qué vemos? ¿Cómo podríamos repartir mejor estas tareas en la familia y en el barrio?
- 4 Cada grupo escribe una exigencia al GAD o a la empresa de agua y una acción que puede hacer el barrio.

PARA RECORDAR

Misión 1: completar el mapa del agua del barrio caminándolo y conversar con **tres vecinas o vecinos** sobre cómo consiguen y guardan el agua. Anotar, sin nombres, lo que cuentan. La facilitadora acompaña un recorrido.



Lunita Lunera
Fundación



Del río al vaso

El agua se puede contaminar en cualquier eslabón: cuidamos la cadena entera.

Ficha del taller	
Objetivo	Que las participantes comprendan la cadena del agua segura y practiquen los métodos de tratamiento y almacenamiento en el hogar.
Al terminar sabrán	Clorar, hervir y desinfectar con sol (SODIS) correctamente; medir el cloro residual; enseñar el almacenamiento seguro.
Materiales	Bidones con tapa, cloro sin aroma al 5 %, goteros, botellas PET transparentes, comparador de cloro, jarras, vasos, agua turbia y agua clara, tela limpia, tarjetas de la cadena.

Tiempo	Momento	Qué hacemos
15 min	Llegada y ritual	Ritual del agua. Ronda de la misión: ¿qué encontramos en el mapa?
30 min	Sentir	«¿Te la tomarías?».
50 min	Pensar	La cadena del agua segura.
15 min	Pausa	
55 min	Actuar	Estaciones de práctica: clorar, hervir, SODIS y medir.
15 min	Cierre	Misión y evaluación.



Sentir: ¿te la tomarías? (30 min)

- 1 Sobre una mesa hay cinco vasos: agua de la llave, agua turbia del río, agua embotellada, agua clara de pozo y agua guardada en un balde destapado.
- 2 Cada persona se ubica junto al vaso que se tomaría y explica por qué.
- 3 Conversamos: ¿el agua clara siempre es segura? ¿Qué no se ve? ¿Qué hacemos en casa y por qué?
- 4 Recogemos los saberes previos: hervir, el cloro, dejar asentar, filtros caseros, prácticas de las abuelas.

Pensar: la cadena del agua segura (50 min)

- 1 En el piso ponemos cinco tarjetas en desorden: fuente, recolección, tratamiento, almacenamiento y consumo. El grupo las ordena.
- 2 Por grupos, cada uno toma un eslabón y responde: ¿cómo se contamina aquí el agua? ¿Qué lo evita?
- 3 La facilitadora completa con los métodos de tratamiento y sus límites, y con el almacenamiento seguro (recipiente tapado, en alto, con grifo, sin meter las manos).
- 4 Alerta: ningún método casero elimina el petróleo ni los químicos. Si la fuente se contaminó con un derrame, no se usa para beber.

Actuar: estaciones de práctica (55 min)

- 1 **Clorar:** 2 gotas de cloro al 5 % por litro de agua clara, 4 si está turbia; esperar 30 minutos. Cada persona prepara un bidón.
- 2 **Hervir:** hervor fuerte durante 1 minuto, enfriar tapada.
- 3 **SODIS:** botellas PET transparentes de hasta 2 litros con agua clara, 6 horas al sol.
- 4 **Medir:** uso del comparador de cloro residual en el agua clorada (entre 0,2 y 0,5 mg/l).
- 5 Cada persona practica cómo explicaría el método a una vecina, con sus propias palabras.

PARA RECORDAR

Misión 2: hacer la demostración de cloración y almacenamiento seguro en **cinco hogares** del barrio y medir el cloro residual en el agua de al menos dos de ellos. Registrar en la ficha de visita del anexo.



Manos que cuidan

Cortar los caminos de la diarrea está en nuestras manos.

Ficha del taller	
Objetivo	Que las participantes identifiquen los caminos de transmisión de las enfermedades diarreicas y las barreras que los cortan, y promuevan el lavado de manos y la higiene de los alimentos.
Al terminar sabrán	Armar y explicar el diagrama F; enseñar los cinco momentos y la técnica del lavado de manos; construir una estación de lavado de manos con materiales locales.
Materiales	Purpurina o tinta lavable, tarjetas dibujadas del diagrama F, jabón, bidones, palos, cuerda, clavos, botellas y latas para el «tippy tap».

Tiempo	Momento	Qué hacemos
15 min	Llegada y ritual	Ritual del agua. Ronda de la misión: ¿cómo nos recibieron en los hogares?
30 min	Sentir	«La purpurina viajera».
50 min	Pensar	Armamos el diagrama F.
15 min	Pausa	Lavado de manos antes del refrigerio, observado entre pares.
55 min	Actuar	Construimos estaciones de lavado de manos.
15 min	Cierre	Misión y evaluación.



Sentir: la purpurina viajera (30 min)

- 1 Una persona se pone purpurina en las manos sin que el grupo lo sepa y saluda a varias personas; luego todas tocan objetos.
- 2 Al rato, el grupo descubre cuánto se ha esparcido la purpurina: en manos, caras, vasos, comida.
- 3 Conversamos: así viajan los microbios que no vemos. ¿Recordamos alguna vez que una hija o hijo enfermó de diarrea? ¿Qué sentimos? ¿Qué hicimos?
- 4 Intentamos quitar la purpurina solo con agua y luego con agua y jabón: el jabón hace la diferencia.

Pensar: el diagrama F (50 min)

- 1 En grupos, con tarjetas dibujadas (heces, dedos, moscas, suelo, agua, alimentos, boca), arman los caminos por los que la diarrea llega a la boca en su barrio.
- 2 Ubican las barreras: baño seguro, lavado de manos, agua segura, alimentos tapados, eliminar moscas.
- 3 Cada grupo marca cuál barrera es más difícil en su barrio y por qué: no hay agua, el jabón es caro, no hay baño, no hay tiempo.
- 4 La facilitadora cierra: saber no basta. Hay que **poder** (tener agua y jabón) y **querer** (que tenga sentido para la familia). La promoción trabaja las tres cosas.

Actuar: estaciones de lavado de manos (55 min)

- 1 Practicamos la técnica: mojar, enjabonar, frotar palmas, dorso, entre dedos y uñas al menos 20 segundos, enjuagar, secar al aire.
- 2 Repasamos los cinco momentos clave con una canción o rima creada por el grupo.
- 3 En grupos construimos un «tippy tap» (estación de lavado con un bidón que se inclina con el pie) o una estación con botella y grifo.
- 4 Acordamos dónde instalar estaciones en el barrio, el albergue o la escuela, y quién las cuidará.

PARA RECORDAR

Misión 3: instalar con vecinas, docentes o adolescencias al menos **una estación de lavado de manos** en un lugar común (escuela, espacio amigable, albergue, tienda) y organizar quién repone el agua y el jabón.





04

Cuerpos dignos

Un baño seguro y una menstruación digna también son derechos.

Ficha del taller	
Objetivo	Que las participantes analicen la relación entre saneamiento, gestión menstrual y protección, y aprendan a verificar que los baños y los kits respondan a las necesidades de mujeres, niñas y personas con discapacidad.
Al terminar sabrán	Hacer un recorrido de seguridad de baños; explicar la gestión menstrual sin tabúes; consultar con mujeres y niñas el contenido de los kits.
Materiales	Lista de chequeo de baños, productos menstruales de muestra (toallas desechables y reutilizables, copa), tarjetas de mitos y realidades, linternas.

Tiempo	Momento	Qué hacemos
15 min	Llegada y ritual	Ritual del agua. Ronda de la misión: ¿quién cuida la estación de lavado?
30 min	Sentir	«Mitos y silencios».
50 min	Pensar	Saneamiento, menstruación y protección.
15 min	Pausa	
55 min	Actuar	Recorrido de seguridad y consulta de kits.
15 min	Cierre	Misión y evaluación.



Sentir: mitos y silencios (30 min)

- 1 En grupos separados de mujeres y hombres (y, si hay, de adolescencias), cada persona escribe en tarjetas anónimas lo que le dijeron sobre la menstruación cuando era niña o niño.
- 2 Las tarjetas se leen sin decir de quién son: «no te bañes», «es sucio», «no se habla», «no puedes cocinar».
- 3 En plenaria conversamos: ¿cómo nos hicieron sentir estos mensajes? ¿Qué viven hoy las niñas del barrio en la emergencia?
- 4 La facilitadora valida: la menstruación es parte de la vida, no una vergüenza.

Pensar: saneamiento, menstruación y protección (50 min)

- 1 Con el diagrama F del taller anterior recordamos por qué el baño seguro es la primera barrera.
- 2 Mostramos fotos o dibujos de baños: ¿cuál usarían de noche? ¿Por qué? Construimos juntas qué hace seguro a un baño (luz, cerradura, cerca, separado por sexo, accesible, con agua y jabón).
- 3 La facilitadora aporta: 20 personas por baño, a menos de 50 metros; riesgo de violencia sexual cuando no hay baños seguros; derecho a denunciar cualquier pedido de favores a cambio de agua o kits.
- 4 Conversamos sobre lo que una mujer o una niña necesita para menstruar con dignidad: productos, privacidad, agua, jabón, lugar para lavar y desechar, información.

ALERTA

Si durante el taller alguien cuenta una situación de violencia, **agradece, no pidas detalles y ofrece hablar en privado** al terminar. Activa la ruta de protección de la FULULU con su consentimiento.

Actuar: recorrido y consulta (55 min)

- 1 En grupos mixtos, con la lista de chequeo, hacemos un recorrido por los baños del lugar del taller o de un albergue cercano (con permiso).
- 2 Cada grupo anota qué cumple y qué falta, y propone mejoras posibles.
- 3 Con productos de muestra, las mujeres y adolescentes conversan qué prefieren y por qué; los hombres conversan cómo apoyar en casa.
- 4 Construimos juntas la lista del kit menstrual del barrio.



PARA RECORDAR

Misión 4: hacer el **recorrido de seguridad de baños** en el barrio, el albergue o la escuela con al menos dos mujeres o niñas, y llevar los hallazgos a la junta, al comité del albergue o a la dirección de la escuela.



Promotoras en acción

Promover no es repetir mensajes: es acompañar a que el barrio cambie sus prácticas.

Ficha del taller	
Objetivo	Que las participantes diseñen y ensayen actividades de promoción desde la educación popular y construyan un plan comunitario de agua e higiene con monitoreo.
Al terminar sabrán	Realizar una visita domiciliaria; facilitar un círculo comunitario con sentir-pensar-actuar; organizar una campaña con niñas y adolescencias; monitorear prácticas.
Materiales	Mapas de los talleres anteriores, fichas de visita y observación, papelógrafos, materiales de arte, las tarjetas del recipiente común.

Tiempo	Momento	Qué hacemos
15 min	Llegada y ritual	Ritual del agua. Ronda de la misión: ¿qué encontramos en los baños?
30 min	Sentir	«La promotora que quiero ser».
50 min	Pensar	Ensayamos la promoción.
15 min	Pausa	
55 min	Actuar	Plan comunitario de agua e higiene.



Tiempo	Momento	Qué hacemos
15 min	Cierre	Ritual final, evaluación del proceso y certificados.

Sentir: la promotora que quiero ser (30 min)

- 1 Cada persona dibuja la silueta de una promotora y escribe dentro lo que trae (saberes, cualidades) y fuera lo que necesita (apoyo, materiales, tiempo).
- 2 En parejas comparten: ¿qué me motivó a estar aquí? ¿Qué temo?
- 3 En plenaria nombramos el rol: la promotora informa, acompaña, observa y organiza; no regaña, no diagnostica, no reemplaza al Estado.

Pensar: ensayamos la promoción (50 min)

- 1 En tres grupos, cada uno prepara y ensaya una actividad: **visita domiciliaria** (con la ficha), **círculo comunitario** (con el diagrama F o la cadena del agua) y **actividad con niños** (juego, canción, títeres).
- 2 Las otras personas observan con preguntas: ¿se escuchó a la familia? ¿Se partió de lo que ya hacen? ¿Se acordó una práctica concreta?
- 3 La facilitadora aporta las claves: escuchar antes de hablar, preguntar por las barreras, acordar un paso pequeño y posible, volver a visitar.

Actuar: plan comunitario de agua e higiene (55 min)

- 1 Con los mapas y los hallazgos de las misiones, cada barrio o grupo prioriza tres problemas.
- 2 Para cada uno define: qué haremos, con quién, cuándo, qué necesitamos y qué exigiremos (al GAD, la empresa de agua o la escuela).
- 3 Acordamos cómo mediremos: hogares visitados, estaciones funcionando, baños revisados, cloro residual, quejas resueltas.
- 4 Presentamos el plan al grupo y, cuando sea posible, a la junta de agua, al comité del albergue o al GAD.

PARA RECORDAR

Cierre del proceso: se riega una planta con el agua del recipiente común y cada persona dice un compromiso. La FULULU acompaña el plan con visitas mensuales y un encuentro de seguimiento a los tres meses.



Sesiones únicas de promoción en albergues

Cuando no hay tiempo para un proceso, cada encuentro cuenta: una hora puede cambiar una práctica.

En los albergues muchas familias están **de paso**, cambian de lugar o no pueden comprometerse con cinco talleres. Para ellas proponemos **sesiones únicas de 60 minutos**, que pueden facilitar las promotoras formadas en «Gotas que cuidan» o el equipo de la FULULU. Cada sesión es completa en sí misma, pero **no es una charla**: mantiene el ciclo **sentir-pensar-actuar**, parte de lo que las personas ya saben y termina con una práctica concreta y con los insumos para hacerla.

Cómo organizarlas

Clave	Qué hacemos
Duración y momento	60 minutos: 10 de sentir, 20 de pensar, 25 de actuar y 5 de cierre. En horarios acordados con el comité del albergue, sin cruzarse con las comidas ni las distribuciones.
Grupos	De 10 a 20 personas. Algunas sesiones son mixtas y otras por grupo (mujeres y niñas, niños, adolescentes).
Calendario	Rotamos las siete sesiones cada una o dos semanas para que las familias nuevas también participen. Se anuncian en un cartel y de boca en boca.
Insumos	Ninguna sesión termina sin lo necesario para practicar: jabón, cloro, recipientes, toallas menstruales o mosquiteros, según el tema.
Registro	Número de participantes por sexo, edad y nacionalidad, sin nombres; práctica acordada; demandas para la gestión del albergue.
Seguimiento	Al día siguiente, las promotoras observan (con permiso) si la práctica se aplica: estaciones con jabón, agua tapada, baños limpios.

PARA RECORDAR

En una sesión única no hay tiempo para todo: elegimos **una práctica** y la hacemos posible. Más vale una familia que clora bien su agua que veinte personas que escucharon diez mensajes.



Sesión 1 • Agua segura en el albergue

Ficha de la sesión	
Para quién	Personas adultas responsables de la comida y el agua de su familia.
Práctica	Clorar y guardar el agua de forma segura.
Materiales	Vasos con agua clara, turbia y de la llave; bidones con tapa; cloro al 5 %; goteros; comparador de cloro.
Se llevan	Gotero con cloro e instrucciones en dibujo; recipiente con tapa si hay stock.

- 1 Sentir (10 min):** «¿Te la tomarías?» con tres vasos. Cada persona dice cuál tomaría y por qué; recordamos cómo se trataba el agua en casa antes de la emergencia.
- 2 Pensar (20 min):** con cinco tarjetas armamos la cadena del agua segura (fuente, recolección, tratamiento, almacenamiento, consumo). ¿Dónde se puede contaminar el agua del albergue?
- 3 Actuar (25 min):** cada familia clora un bidón (2 gotas por litro de agua clara, 4 si está turbia, 30 minutos de espera) y medimos juntas el cloro residual.
- 4 Cierre (5 min):** cada persona dice dónde va a guardar su agua tapada.

Sesión 2 • Manos que cuidan

Ficha de la sesión	
Para quién	Grupo mixto: familias, voluntariado y personal del albergue.
Práctica	Lavarse las manos con jabón en los cinco momentos clave.
Materiales	Purpurina o tinta lavable, jabón, agua, bidón, palos y cuerda para una estación.
Se llevan	Jabón; una estación de lavado de manos instalada en el albergue.

- 1 Sentir (10 min):** «La purpurina viajera»: una persona saluda con purpurina en las manos y vemos cómo se esparce.
- 2 Pensar (20 min):** ¿por dónde viaja la diarrea? Armamos un diagrama F simple con dibujos y señalamos los momentos en que las manos la llevan a la boca.



- 3 Actuar (25 min):** practicamos la técnica (20 segundos: palmas, dorso, entre dedos y uñas) e instalamos juntas una estación de lavado junto a los baños o al comedor.
- 4 Cierre (5 min):** acordamos quién repone el agua y el jabón de la estación esta semana, repartiendo entre hombres y mujeres.

Sesión 3 · Si llega la diarrea

Ficha de la sesión	
Para quién	Madres, padres y cuidadoras de niñas pequeñas.
Práctica	Preparar y dar suero oral; reconocer los signos de alarma.
Materiales	Sobres de sales de rehidratación oral, jarra de 1 litro, agua segura, tarjetas de signos de alarma.
Se llevan	Sobres de sales de rehidratación oral y la tarjeta de signos de alarma con la dirección del centro de salud.

- 1 Sentir (10 min):** ¿qué hacemos en casa cuando una niña o un niño tiene diarrea? Recogemos los saberes (aguas, coladas, remedios) sin juzgarlos.
- 2 Pensar (20 min):** por qué la diarrea es peligrosa (se pierde agua) y qué la empeora; signos de alarma: no puede beber, vomita todo, sangre en las heces, ojos hundidos, mucho sueño.
- 3 Actuar (25 min):** cada persona prepara un litro de suero oral con agua segura y practica cómo darlo a cucharadas. Seguir dando el pecho y la comida.
- 4 Cierre (5 min):** repasamos a dónde ir y cuándo, y cómo avisar al equipo de salud de la FULULU.

Sesión 4 · Sin criaderos: dengue y ratas

Ficha de la sesión	
Para quién	Grupo mixto, con adolescencias como protagonistas.
Práctica	Eliminar criaderos de mosquitos y proteger el agua y la comida de las ratas.
Materiales	Lupa, frasco con larvas (si es posible), fundas para basura, guantes, mapa del albergue.



Ficha de la sesión	
Se llevan	Compromiso de una «minga» semanal; mosquiteros para gestantes y niños si hay stock.

- 1 Sentir (10 min):** ¿quién ha tenido dengue o conoce a alguien que lo tuvo? ¿Cómo se sintió?
- 2 Pensar (20 min):** el mosquito nace en agua limpia estancada (tapas, llantas, baldes, floreros); la leptospirosis viene del agua y del lodo contaminados con orina de ratas. Marcamos en el mapa del albergue dónde están los riesgos.
- 3 Actuar (25 min):** recorrido en grupos para voltear, tapar o botar recipientes con agua y ordenar la basura con tapa.
- 4 Cierre (5 min):** organizamos una minga semanal con turnos repartidos.

Sesión 5 · Menstruar con dignidad

Ficha de la sesión	
Para quién	Mujeres, adolescentes y niñas desde los 9 años (en grupo separado). Facilitada por mujeres.
Práctica	Gestionar la menstruación con productos, privacidad e información.
Materiales	Productos de muestra (toallas desechables y reutilizables, copa), dibujo del ciclo, tarjetas de mitos.
Se llevan	Kit de gestión menstrual elegido por cada una, bolsa opaca y linterna.

- 1 Sentir (10 min):** tarjetas anónimas con lo que nos dijeron sobre la menstruación cuando éramos niñas; las leemos sin decir de quién son.
- 2 Pensar (20 min):** qué es la menstruación, qué necesitamos para vivirla con dignidad en el albergue y qué falta (baño con cerradura y luz, agua, lugar para lavar y secar, basurero con tapa).
- 3 Actuar (25 min):** conocemos y comparamos productos; cada una elige el suyo. Anotamos las demandas para la gestión del albergue.
- 4 Cierre (5 min):** ronda de una palabra; informamos dónde pedir más productos y cómo denunciar cualquier situación de riesgo.



ALERTA

Si una niña o una adolescente cuenta que tiene miedo de ir al baño o que alguien la molesta, **agradece, no pidas detalles** y activa la ruta de protección con su consentimiento.

Sesión 6 · Higiene jugando

Ficha de la sesión	
Para quién	Niñeces de 5 a 11 años, en el espacio amigable para la niñez o un lugar seguro, con sus cuidadoras informadas.
Práctica	Lavarse las manos y cuidar el agua de la familia.
Materiales	Títeres o dibujos, jabón, agua, canción del lavado de manos, hojas y colores.
Se llevan	Su propio jabón y un dibujo para pegar junto a la estación de lavado.

- 1 Sentir (10 min):** cuento con títeres: «Gotita y el microbio viajero». ¿Qué le pasó a la gotita? ¿Cómo se sintió?
- 2 Pensar (20 min):** juego de las estaciones: cada esquina es un momento (baño, comida, jugar con tierra, saludar); las niñeces deciden en cuáles hay que lavarse las manos.
- 3 Actuar (25 min):** inventamos juntas una canción de 20 segundos y practicamos el lavado; dibujamos carteles para el albergue.
- 4 Cierre (5 min):** cada niña y niño será «guardián o guardiana del jabón» de su familia esta semana.

Sesión 7 · Espacios comunes que cuidamos

Ficha de la sesión	
Para quién	Comité del albergue, familias y voluntariado.
Práctica	Organizar la limpieza de baños, duchas y cocina con turnos repartidos.
Materiales	Lista de chequeo de baños, papelógrafo con la semana, materiales de limpieza.
Se llevan	Cuadro de turnos acordado y pegado a la vista de todas las personas.



- 1 Sentir (10 min):** ¿cómo nos sentimos cuando el baño está sucio o inseguro? ¿Quién lo limpia siempre?
- 2 Pensar (20 min):** recorrido rápido con la lista de chequeo (separados por sexo, luz, cerradura, agua y jabón, basurero con tapa). Conversamos sobre por qué casi siempre limpian las mujeres.
- 3 Actuar (25 min):** armamos el cuadro de turnos de la semana repartido por igual entre hombres y mujeres adultas (no se asignan a niñeces) y listamos lo que el albergue debe arreglar.
- 4 Cierre (5 min):** el comité se compromete a llevar las demandas a la gestión del albergue y a la MTTI.

HERRAMIENTA

Carta de navegación del albergue: un papelógrafo fijo donde cada sesión deja su compromiso con un dibujo. Así las familias nuevas ven lo que ya se acordó y las promotoras hacen seguimiento.



Guía para las facilitadoras

Facilitar es acompañar a que el grupo descubra lo que ya sabe y se anime a transformarlo.

Esta guía es para las **facilitadoras de la FULULU** que llevan el proceso al territorio. Recoge los fundamentos pedagógicos, el marco conceptual de cada taller, cómo prepararse, cómo manejar situaciones difíciles y cómo acompañar las misiones.

Nuestro papel como facilitadoras

Somos	No somos
Compañeras de camino que preguntan, ordenan y devuelven	Expertas que dan una charla de higiene
Guardianas del tiempo, del clima y de los acuerdos	Jueces de cómo vive cada familia
Puentes entre los saberes del barrio y los estándares	Inspectoras de casas limpias o sucias
Aliadas en la exigencia del derecho al agua	Sustitutas del GAD o de la empresa de agua

Fundamentos pedagógicos

La educación popular

El PEI de la FULULU define la educación popular como un **paradigma pedagógico basado en un sistema metodológico desde la praxis**, que incluye técnicas, un método didáctico, una corriente pedagógica, un pensamiento epistemológico y una voluntad política, y cuyo objetivo es la **transformación política y social** a través de procesos formativos-organizativos basados en la **vivencialidad, la participación y la reflexión**, a través del **sentir-pensar-actuar**. Por eso estos talleres no buscan que las personas memoricen mensajes de higiene, sino que **lean críticamente su realidad** (¿por qué no tenemos agua?) y se organicen para transformarla.

Promoción bancaria	Promoción dialógica (la nuestra)
«Hay que lavarse las manos» dicho desde afuera	«¿Cuándo se lavan las manos aquí? ¿Qué lo hace difícil?»



Promoción bancaria	Promoción dialógica (la nuestra)
La familia enferma por «descuido»	La familia enferma porque no hay agua segura ni baños
Se reparten folletos	Se construyen mensajes con palabras del barrio
Se mide cuántas charlas se dieron	Se mide qué prácticas cambiaron y qué se logró exigir

Saber, poder y querer: por qué la información no basta

La experiencia humanitaria (y la estrategia de agua e higiene del NRC) muestra que **conocer no cambia por sí solo los comportamientos**. Para que una práctica cambie se necesitan tres condiciones:

Condición	Pregunta	Qué hacemos
Saber	¿La persona sabe por qué y cómo?	Construir el conocimiento desde sus saberes previos.
Poder	¿Tiene agua, jabón, cloro, baño, tiempo?	Entregar insumos, construir estaciones, exigir servicios.
Querer	¿Tiene sentido para ella, su familia y su barrio?	Trabajar motivaciones: el cuidado de las hijas e hijos, el orgullo, la norma del grupo, el asco.

PHAST: transformación participativa en higiene y saneamiento

La metodología **PHAST** de la OMS propone que las comunidades **identifiquen sus problemas** de agua e higiene, **analicen** cómo se transmiten las enfermedades, **planifiquen** las barreras y **evalúen** los cambios, usando dibujos, mapas y diagramas. Se parece mucho a la educación popular: confía en que la comunidad puede analizar su realidad. Varios ejercicios de este proceso (mapa, diagrama F, tarjetas) vienen de PHAST.

Cómo aprendemos las personas adultas

- Aprendemos lo que **necesitamos para resolver problemas reales**: cada contenido responde a «¿para qué me sirve en mi casa o en mi barrio?».
- Traemos **experiencia**: las abuelas sabían hervir y guardar el agua; ese saber se reconoce.
- Aprendemos **haciendo**: clorar un bidón enseña más que una lámina.
- Necesitamos **respeto**: nadie aprende cuando se siente juzgada por cómo vive.



Facilitar con mirada feminista y sensible al trauma

La falta de agua carga sobre las mujeres y las niñas, y los baños inseguros las exponen a la violencia. Facilitar desde el feminismo es **mirar quién habla, quién decide y quién cuida**, y repartir esas tareas. Facilitar con mirada sensible al trauma es aplicar en el taller cinco principios: **seguridad** (acuerdos y derecho a no hablar), **calma** (rituales y pausas), **autoeficacia** (reconocer lo que ya hacen bien), **conexión** (trabajo en grupo) y **esperanza** (terminar con lo que sí podemos cambiar).

Marco conceptual de cada taller

Lo que sigue es lo que la facilitadora necesita dominar. No es para leerlo en voz alta: es para ordenar, completar y responder.

Taller 1 • El agua como derecho

- **Derecho humano al agua y al saneamiento:** reconocido por la ONU (Resolución 64/292, 2010): agua suficiente, salubre, aceptable, accesible y asequible.
- **Constitución del Ecuador:** art. 12 (derecho humano fundamental e irrenunciable), art. 264 (competencia de los municipios en agua potable y saneamiento) y art. 318 (prohibición de privatizar; gestión pública o comunitaria).
- **Justicia hídrica:** analizar la distribución desigual del agua y de la contaminación; en Esmeraldas, cortes prolongados y el derrame del SOTE (2025).
- **Economía del cuidado:** el trabajo no pagado de buscar, cargar y tratar el agua y de cuidar a las personas enfermas.
- **Mínimos de emergencia:** 7,5 litros por persona al día para sobrevivir; 15 litros lo antes posible; punto de agua a menos de 500 metros.

Taller 2 • La cadena del agua segura

- **Agua segura:** libre de microbios y químicos dañinos. El agua clara puede estar contaminada.
- **Tratamiento en el hogar:** hervir (1 minuto de hervor fuerte), clorar (2 gotas por litro de cloro al 5 %, 30 minutos de espera), filtrar, SODIS (6 horas al sol).
- **Cloro residual libre:** el cloro que queda en el agua después de desinfectar; la protege. Referencia: 0,2 a 0,5 mg/l en el punto de entrega.
- **Límites:** los métodos caseros no eliminan petróleo, metales ni agroquímicos.
- **Almacenamiento seguro:** recipiente limpio, tapado, en alto, con grifo o boca angosta; sin meter manos ni vasos.



Taller 3 • Higiene y diagrama F

- **Diagrama F:** las heces llegan a la boca por los dedos, las moscas, el suelo, los líquidos y los alimentos. Barreras primarias (baño seguro) y secundarias (lavado de manos, agua segura, alimentos protegidos).
- **Lavado de manos con jabón:** es una de las medidas más eficaces y baratas para prevenir diarreas e infecciones respiratorias.
- **Cinco momentos clave:** después del baño, después de limpiar a una niña o niño, antes de preparar alimentos, antes de comer o dar de comer, antes de amamantar.
- **Higiene de los alimentos:** lavar, cocinar bien, tapar, separar crudo y cocido, no dejar comida al ambiente.
- **Deshidratación:** ante diarrea, sales de rehidratación oral y acudir al centro de salud si hay signos de alarma.

Taller 4 • Saneamiento, menstruación y protección

- **Baño seguro:** separado por sexo, con luz y cerradura, a menos de 50 metros, accesible, con agua y jabón; hasta 20 personas por baño.
- **Gestión de la higiene menstrual:** acceso a productos, agua, jabón, privacidad, lugar para lavar y desechar, e información sin tabú. Afecta la salud, la autoestima y la permanencia de las niñas en la escuela.
- **Protección:** la falta de baños seguros y de agua cercana aumenta el riesgo de violencia sexual. Pedir favores a cambio de agua o kits es explotación y abuso sexual.
- **Inclusión:** personas con discapacidad, mayores y niñas necesitan baños adaptados; personas trans y no binarias, discreción y respeto.

Taller 5 • Promoción y monitoreo

- **Promotoras:** referencia de al menos 2 promotoras por cada 1.000 personas en la emergencia.
- **Visita domiciliaria:** saludar, preguntar, observar con permiso, reconocer lo que hacen bien, acordar un paso pequeño, volver.
- **Monitoreo de prácticas:** observar (no solo preguntar) el agua guardada, el jabón en el lugar de lavado, los baños; medir el cloro residual.
- **Rendición de cuentas:** la comunidad conoce el plan, opina y presenta quejas; las promotoras devuelven la información.



Antes del taller

- ☐ Coordiné con las lideresas el lugar, el horario y el cuidado de niñeces
- ☐ Verifiqué que el lugar tenga agua segura para beber, jabón y baños limpios
- ☐ Preparé los materiales reales de la práctica (cloro, goteros, bidones, comparador, jabón)
- ☐ Revisé el marco conceptual del taller y los datos del barrio
- ☐ Tengo a mano la ruta de protección y el directorio de servicios
- ☐ Acordé con la co-facilitadora quién conduce, quién registra y quién acompaña

Situaciones difíciles

Situación	Qué hacer
«No tenemos agua, ¿cómo nos vamos a lavar las manos?»	Validar: tienen razón. Convertir la queja en acción: estaciones con poca agua, exigencia al GAD, entrega de insumos.
Alguien culpa a una familia «sucio» o a las personas migrantes	Detener con respeto, recordar los acuerdos y volver a las causas: falta de agua y de baños, no de «cultura».
Risas o incomodidad al hablar de menstruación	Normalizar con naturalidad; trabajar en grupos separados; usar humor sin burla.
Una participante cuenta una situación de violencia	Agradecer, no pedir detalles, hablar en privado y activar la ruta de protección con su consentimiento.
El grupo pide solo «la charla» y no quiere participar	Empezar con algo práctico y concreto (clorar un bidón); la participación llega con la confianza.
La comunidad desconfía porque «siempre vienen y se van»	Reconocerlo; mostrar el plan de acompañamiento y cumplir lo acordado.

Acompañar las misiones

- Entre taller y taller, la facilitadora acompaña al menos **una misión por barrio** en terreno: un recorrido, una visita domiciliaria, la instalación de una estación.
- Da retroalimentación en positivo: qué salió bien, qué cambiaríamos, qué necesitan.
- Registra en la ficha de seguimiento lo aprendido y las demandas para llevar a la coordinación.



Después del taller

- Sistematizar en 30 minutos con la co-facilitadora: qué funcionó, qué no, qué dijo el grupo, qué alertas surgieron.
- Llevar las demandas (agua, baños, insumos) a la coordinación de emergencia y a la MTTI.
- Cuidarnos: los temas del agua y la violencia también cansan. Conversar y descansar.



Anexos

Fichas para el barrio y para evaluar el proceso.

Anexo 1. Ficha de visita domiciliaria

Aspecto	Registro
Fecha y sector (sin nombres)	
¿De dónde sacan el agua? ¿Cuánta tienen?	
¿Cómo la tratan? (hierven, cloran, filtran, nada)	
¿Cómo la guardan? (observar con permiso)	
Cloro residual medido (mg/l)	
¿Hay agua y jabón para lavarse las manos? ¿Tienen baño seguro?	
¿Qué necesitan las mujeres y las niñas para la menstruación?	
Práctica acordada y fecha de la próxima visita	

Anexo 2. Evaluación de cada taller

Al cierre de cada taller, cada persona pega un punto en una de tres caritas para cada pregunta: **¿Aprendí algo útil para mi barrio?**, **¿Me sentí escuchada y respetada?**, **¿Me siento capaz de hacer la misión?** Al final: ¿qué cambió en mí, en mi casa y en mi barrio?

Anexo 3. Ficha de seguimiento del plan comunitario

Indicador	Mes 1	Mes 2	Mes 3
Hogares visitados por las promotoras			
Hogares que guardan el agua de forma segura (observación)			
Estaciones de lavado de manos funcionando			



Indicador	Mes 1	Mes 2	Mes 3
Baños revisados y mejoras logradas			
Exigencias presentadas y respuestas obtenidas			

Fuentes

FULULU, PEI 2026-2030 y Manual de agua segura y promoción de higiene · Proyecto Esfera (2018), Manual Esfera · UNICEF (2020), Compromisos Básicos para la Infancia en la Acción Humanitaria · NRC (2022), WASH Global Development Strategy 2022-2025 · OMS, PHAST: Transformación participativa en higiene y saneamiento · ONU (2010), Resolución 64/292 · Constitución del Ecuador (2008) · Freire, P., Pedagogía del oprimido · Hobfoll, S. y colegas (2007).



“Cada gota cuenta cuando la cuidamos juntas.”

Manuales de emergencia FULULU

fululu.org · @fululu_ec

Calle Ramón Valdez 2-06 y Av. Luis Tello, Esmeraldas



**Lunita Lunera
Fundación**