

EL DEMÓCRATA

Netherlands Institute for
Multiparty Democracy

Instituto Holandés para la Democracia Multipartidaria

¡Voces que cuentan!

Guatemala, 25 octubre de 2023

Año: 1 No. 1 EJEMPLAR GRATUITO



Fotografía: Juana Toma

Capacidad artística, una motivación ante las barreras sociales

Pág. 4



Fotografía: Jorge Sierra

PRIMERA RODADA ALTAVERAPACENSE

Pág. 9

Demandan mayor participación de jóvenes en la vida política

Pág. 3



Fotografía: Wilson Alexi Gualim Laj

SALUD MENTAL "No es una moda"

Pág. 5

JUEGOS EN LÍNEA O VIDEOJUEGOS Y SUS EFECTOS EN JÓVENES

Pág. 12



SCAN ME

Desnutrición, reflejo de un país enfermo

La desnutrición, la falta de empleo, mala educación, índices altos de analfabetismo, pobreza extrema son reflejo de un país enfermo.

Por PAHOLA SAQUIC GUARCAS
Cantón Camanchaj Chichicastenango, Quiché

La falta de oportunidad de trabajo en áreas rurales del país tiene una fuerte repercusión en la alimentación y la mala nutrición de muchas familias. Esta situación es una de las principales preocupaciones de la población del municipio de Chichicastenango, Quiché. De acuerdo al Sistema de Información General de Salud (SIGSA) del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS), en su informe 2022-2023, el departamento en mención se encuentra entre los primeros seis que registraron un incremento en desnutrición del 2022 al 2023 y tomando en cuenta el impacto de la actual inseguridad alimentaria del país, puede persistir al alza de casos de no abordar las causas estructurales que inciden en la pobre capacidad adquisitiva de alimentos por parte de las familias indica el informe.

Además, el informe refiere que la mayor proporción de casos de acuerdo al grupo etario se presenta en niños de 6 meses a menores de 2 años, principalmente en el grupo de 12 a 24 meses. De acuerdo al Doctor David Gordillo de APEGO, un niño con desnutrición o mala nutrición tendrá un impacto negativo en el crecimiento, desarrollo cognitivo por la falta de nutrientes, vitaminas, minerales y proteínas en su sistema nervioso.

Asimismo, pobladores de Camanchaj, Chichicastenango manifiestan que el incremento del costo de alimentos es otro factor que incide en la desnutrición y mala nutrición de los habitantes, consideran el problema de fondo la falta de fuentes de empleo que repercute en la economía familiar. Ante esto, Gordillo argumenta que las personas con bajo nivel de vida, ubicadas en asentamientos y áreas rurales que obtienen recursos para subsistir día a día, tienen mayor



Fotografía: Pahola Saquic Guarcas

probabilidad de padecer problemas de salud derivado a la desnutrición y mala nutrición.

El galeno consultado asevera que para combatir la desnutrición y mala nutrición deben aplicarse políticas públicas de seguridad alimentaria. Los lugares con esta problemática deben de contar con un centro de salud con médicos que estén pendiente del desarrollo físico de los pobladores, especialmente de los niños, evaluar peso, estatura, calidad nutricional, hábitos alimenticios, cuidado personal. Asimismo, los centros en mención deberían contar con un nutricionista de planta y los programas de seguridad alimentaria del gobierno dotarlos con bolsas nutricionales que contengan incaparina, arroz, frijoles, leche, entre otros alimentos.

“Causas del problema”

Alimentos con precios elevados: la mayoría de alimentos de la canasta básica son considerados costosos por pobladores de los municipios en referencia. Otro factor de la desnutrición y mala alimentación son las comidas rápidas o chatarra que son elaboradas con muchos condimentos dañinos y bajos nutrientes.

Pobreza y deudas: afecta a la mayor parte de la comunidad por falta de fuentes laborales y baja escolaridad.



Fotografía: Pahola Saquic Guarcas

DEMANDAN MAYOR PARTICIPACIÓN DE JÓVENES EN LA VIDA POLÍTICA

Por LOURDES GÓMEZ
Santa Cruz, Quiché

En el presente proceso electoral algunos jóvenes estuvieron involucrados en diferentes espacios, apoyando a distintos partidos, integrando juntas electorales, fungiendo como fiscales de mesa, como observadores o voluntarios, sin embargo, representantes de organizaciones que velan por esta población, consideran que los jóvenes continúan siendo utilizados como discurso proselitista de los partidos políticos, porque no son tomados en cuenta en los planes de gobierno, argumenta Victor Puluc, acompañante del Frente Nacional de la Juventud.

Puluc agrega, “deben valorarse los esfuerzos de formación ciudadana que promueven organismos e instituciones, pero considero insuficiente lo realizado por el Tribunal Supremo Electoral” (TSE), ente que a parecer del entrevistado, debe mantener un programa permanente de formación sociopolítica para despertar mayor interés en los jóvenes y diferentes sectores para participar de manera plena en procesos electorales que los motive a elegir y ser electos.

Entre los organismo que han promovido la participación de diferentes sectores en la vida

política y pública se encuentra el Instituto Holandés para la Democracia Multipartidaria (NIMD), que de manera conjunta con otras entidades, ha realizado acciones de divulgación sobre el empadronamiento y procesos de formación y capacitación a través de talleres abordando la importancia de la participación en procesos electorales, funciones y atribuciones de un observador electoral e integrantes de juntas electorales, dirigido a miembros del Programa Participación Democrática Juvenil - Jóvenes +D del NIMD.

Gabriel Aguilera, magistrado del Tribunal Supremo Electoral (TSE), asevera que en el proceso electoral 2023, la participación de los jóvenes fue significativa e incluso decisiva para la elección de las nuevas autoridades. En tanto, el Departamento de Promoción Cívica del Instituto Electoral del TSE, informó que de las 9 millones 297 mil 246 personas empadronadas para participar en el proceso electoral 2023, entre los mayores rangos de personas registradas estuvo el de 18 a 25 años, seguido del 31 a 35 años y el de 26 a 30 años, en ese orden. En el padrón electoral de estas elecciones hubo 1 millón 399 mil 863 personas registradas con edades entre 18 y 25 años, aunque se considera que al menos 1



Fotografía: Cortesía TSE

millón 377 mil 428 jóvenes del mismo rango de edades quedó sin empadronarse.

Aguilera, argumenta que los jóvenes se involucraron en varios niveles, especialmente en las juntas electorales, en las que ocuparon distintos cargos, algunos muy significativos, como el caso de Paúl Miranda, de 22 años, quien fungió como presidente de la Junta Electoral Municipal de Tajumulco, San Marcos, municipio que durante muchos años se ha caracterizado por ser escenario de conflictos, concretamente por límites con Ixchiguan, y donde han ocurrido disturbios en elecciones anteriores. En la misma junta estuvo Ingrid Chunchilel, de 25 años, quien fungió como vocal, así como Saúl Zacarías Fuentes, quien fue suplente de dicha junta. Respecto al voluntariado, según el ente electoral, la mayoría fueron jóvenes que realizaron campañas de invitación a otros jóvenes para integrarse al mismo voluntariado, compartiendo publicaciones de llamado a reflexionar sobre el sufragio, para emitir un voto consciente y responsable, y promoviendo unas elecciones en un clima de paz.

Entre los pendientes del proceso electoral manifiesta Puluc, la juventud debe fortalecerse en los procesos formativos de participación ciudadana,

con el propósito de contar con ciudadanos conscientes y despertar liderazgos con pensamiento crítico y transformador. Asimismo, las juventudes y otros sectores deben aprovechar las nuevas tecnologías para informarse sobre lo que sucede en torno a la vida política, conocer que personas ocupan o aspiran a llegar a tomar decisiones en diferentes órganos de Estado, porque estos actores son los que en este momento están poniendo en peligro los esfuerzos de los procesos electorales para alcanzar una sociedad con valores democráticos.



Fotografía: Cortesía TSE



Fotografía: Cortesía TSE

SALUD MENTAL

¡No es una moda!

Población joven con mayor riesgo a desarrollar conflictos emocionales

Por CÉSAR PEREIRA
Santa Cruz, Quiché

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) alrededor de 350 millones de personas manifiestan en la actualidad depresión u otros conflictos emocionales, condición que afecta fuertemente a adolescentes y jóvenes. El departamento de Quiché no es la excepción, donde la mayoría de casos no son visibles y carecen de un trato adecuado, por lo que se busca establecer estrategias que brinden apoyo a la salud mental de la población y evitar de esta manera, la toma de decisiones con consecuencias fatales.

La adolescencia es una importante etapa para el desarrollo personal, emocional y social de una persona a lo largo de su vida, que abarca de los 10 y los 19 años, en esta etapa se experimentan los mayores cambios físicos, emocionales y sociales. Asimismo, las y los adolescentes están expuestos a diversas situaciones que los afecta emocionalmente como: pobreza, desintegración familiar, violencia, migraciones, falta de oportunidades, pandillas y la crisis provocada por la reciente pandemia del COVID-19. Convirtiéndose en un grupo vulnerables que puede tener mayor probabilidad de desarrollar problemas psicosociales, como depresión, ansiedad, estrés, afectando su salud mental.

La OMS, en diversos informes hace referencia que la depresión es la segunda causa de discapacidad a nivel mundial y se estima que en 2030 será la primera si no existen cambios en las estrategias para atenderla a tiempo, pues afecta en los ámbitos emocional, laboral,

social y económico. En tanto en Guatemala, la mayor prevalencia de discapacidad es la psicosocial, según los resultados de la Encuesta Nacional en Discapacidad del 2016 (ENDIS).

Datos que socializa el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS) en su página web, hacen referencia que en el Quiché, la mitad de los conflictos mentales comienzan a los 12 años o antes. La mayoría de los adolescentes experimentan trastornos mentales, pero no se diagnostican ni se tratan y puede repercutir en ideas suicidas.

En lo que va del 2023, las autoridades de la cartera de Salud Pública del departamento reportan seis suicidios de adolescentes, cuatro mujeres y dos hombres. El caso más reciente sucedió en el municipio de San Juan Cotzal, durante los primeros días de septiembre, donde la representante del municipio bajo el cargo de "Señorita Cotzal" Nohemí Gómez, luego de su participación en un evento de belleza departamental atravesó por una campaña de acoso en redes que causó un cuadro depresivo e ideas suicidas, acción concretada por la señorita.

Por ello, la organización "Miss Mundo Ibérico Departamento de Guatemala" publicó una esquila en memoria de la joven reina de belleza, y resaltó un mensaje de conciencia sobre el bullying (acoso) cibernético.

Ante esta problemática, desde algunas oficinas locales de la Juventud de Sacapulas, Canillá, Zacualpa y Pochamal, voluntarios del Colectivo Juvenil Quichelense participan en mesas de diálogo con autoridades municipales para la formulación de estrategias y creación

de herramientas para prevenir y cuidar la salud emocional de los adolescentes y jóvenes. Uno de los aspectos claves sugeridos a las autoridades municipales y de salud, es enfocarse más en fortalecer las capacidades y promover servicios de atención psicológica, salud mental, espacios amigables, academias de arte en ramas diversas, proyectos de inclusión juvenil con el objetivo de tener entornos más favorables.

En el reporte del primer semestre del Proyecto Jolu Guatemala, organización guatemalteca dedicada a dar apoyo a adolescentes y jóvenes, da ha conocer la ideación suicida en casos de atención psicológica del 2023. El proyecto cuenta con 81 expedientes, 46% de sus usuarios no han recibido algún tipo de terapia, el 74 % indica haberse realizado a u t o d a ñ o , 84% han pensado suicidarse, el 52% ha creado un plan para quitar la vida. Ante ello, referida entidad indica que estos datos evidencian la necesidad de establecer procesos de atención psicológica y accesibles frente a las psicopatologías latentes en la sociedad guatemalteca, que se manifiestan mayormente en jóvenes y adolescentes.

"Causas del problema"

Existen aspectos negativos del día a día, los cuales hacen que un joven o señorita sienta: 1) la presión por pertenecer a un grupo de amigos, 2) no tener acceso a dispositivos móviles, ropa, joyas y diversos accesorios, 3) frustración generada al comparar entre su realidad y lo que quisiera ser, 4) rupturas amorosas, 5) no aceptar su orientación sexual 6) los enfrentamientos familiares en casa, 7) sufrir acoso escolar, 8) padecer un problema y no saber cómo o a quién pedir ayuda.

"La salud del cuerpo y de la mente es fundamental para nuestra calidad de vida."

Anónimo



Fotografía: Osman Caal

CAPACIDAD ARTÍSTICA, UNA MOTIVACIÓN ANTE LAS BARRERAS SOCIALES

Por JUANA LIDIA TOMA ZACARIAS
San Juan Cotzal, Quiché

En uno de los tantos rincones de nuestro bella Guatemala encontramos a Juana Córdova Cedillo, señorita con discapacidad física, residente de la agro aldea la Bendición, Cotzal-Quiché. Su condición no ha sido impedimento para desarrollarse a nivel personal, artístico y como emprendedora.

Entre las barreras que ha enfrentado esta el vivir en una aldea retirada de la cabecera municipal, donde los caminos y las carreteras no están en buenas condiciones, el transporte colectivo es inaccesible para una mujer con sus características. Además, para trasladarse debe contar con el apoyo de otra persona debido a la movilidad reducida que manifiesta y por otros problemas de salud.

Desde pequeña descubrió que le encantaba dibujar, al iniciar sus estudios de educación básica en el 2015 decidió dibujar su retrato a lápiz. El resultado sorprendió y dejó admirados a sus familiares y se convirtió en una de sus principales motivaciones. Además la artista cuenta con el apoyo de sus padres y la ayuda de Dios, que le concedió este talento.

Pronto se conoció en la localidad la destreza de Juana Córdova e iniciaron a

encomendarle retratos, la práctica le ha permitido desarrollar sus habilidades y destrezas artísticas. Al inicio solo utilizaba lápices normales que sus amigos le regalaban, pero en la actualidad utiliza lápices y material especial que adquiere de lo obtenido por la venta de retratos, comparte sus ganancias con su familia para salir juntos adelante.

En la actualidad cuenta con una página de Facebook con el nombre "Dibujos Juanita" ahí publica todos los retratos que realiza y por medio de la página surgen encargos. Reconoce que cuenta con el apoyo de colegios, instituciones y medios de comunicación que la han dado a conocer. Su objetivo es seguir adelante, ser reconocida en otros lugares y tener un lugar propio para exhibir su trabajo, ayudar a su familia y compartir sus conocimientos con otras personas.

Cuenta con varios reconocimientos, medallas y diplomas, producto de los concursos que ha ganado, permitiéndole conocer a muchas personas y artistas en diferentes lugares. En el 2021 fue nombrada como Mensajera de la Paz por parte del Ministerio de Cultura y Deportes de Guatemala.

Pero no todo ha sido color de rosas, porque ha sufrido discriminación de los mismos vecinos de la comunidad y personas de otro lugar, incluso en el transporte público, porque algunos se burlan de su condición. Respecto a la discapacidad, exhorta a los padres de familia para que apoyen a sus hijos sin importar su situación, a no esconderlos ni avergonzarse de ellos. Asimismo, asegura que una persona con discapacidad con esfuerzo y dedicación puede emprender, obtener buenos frutos y desarrollarse en diferentes ámbitos, no es permitido decir "no puedo", porque todo se puede alcanzar cuando uno verdaderamente lo desea.

Finalmente, Juanita, mientras realiza un retrato, con una sonrisa en su rostro agrega, "lo más importante es ser empáticos con todas las personas sin importar su condición, todos valemos lo mismo y debemos ser tomados en cuenta por las autoridades para ser incluidos en la sociedad y construir un país más justo e inclusivo sin discriminación alguna".



Fotografía: Juana Lidia Toma Zacarias

EDITORIAL

El poder y voz de las juventudes

Es evidente, al menos desde la narrativa, que el tema de juventudes ha venido tomando auge en estos últimos años, principalmente porque estos representan un tercio de la población en Guatemala, y más de un cuarto de la población de las Américas. Se habla de cómo las juventudes significan la oportunidad de empezar a sentar bases en el presente para que el futuro sea más esperanzador de lo que ha sido hasta el momento. Sin embargo, pocas veces los buenos deseos se traducen en realidad, y la inversión estatal en este grupo de población en situación de vulnerabilidad es escasa o dispersa; estudios recientes muestran que la inversión pública destinada a las juventudes es de menos de un dólar diario (Q3.19/USD0.41). Esto ha desencadenado, entre otras cosas, que este grupo de población no cuente con una educación y salud de calidad, que las oportunidades de empleo sean mínimas y tengan que vivir con miedo por la inseguridad que aqueja a los guatemaltecos, y por ende que el país se convierta en un expulsor de personas que migran de sus comunidades en busca de un mejor futuro.

No obstante lo anterior, a lo largo de cuatro años de implementación del Programa Jóvenes +D, más desarrollo, más diversidad, más democracia inclusiva; hemos visto como jóvenes de diferentes territorios, siguen teniendo el deseo de mejorar la calidad de vida de sus familias, sus comunidades y el país; muestra de ello son los más 150 agentes de cambio que a través de la formación, el fortalecimiento

organizacional y el diálogo para la construcción de políticas públicas, adquirieron herramientas para participar en espacios de toma de decisión que van desde su inclusión en el Consejo Comunitario de Desarrollo (COCODE) y la conformación de colectivos en sus localidades, hasta la participación en partidos políticos durante el periodo electoral 2023.

Es así como, el Demócrata ¡voces que cuentan!, surge de la necesidad de hacer escuchar lo que esas juventudes tienen que decir; en un momento donde los medios virtuales están en boga y acaparan la atención de las personas, y cuando los medios escritos han iniciado a desaparecer. Sabiendo que es valioso y necesario retomar los valores de los medios de comunicación tradicionales: formar, informar y entretener objetivamente; demostrar a la vez, que las nuevas generaciones son libres de etiquetas sociales y tecnológicas, y que el mote de generación de cristal hace referencia al surgimiento de jóvenes transparentes con pensamiento crítico.

Este periódico busca entonces, ser un espacio de expresión, donde se abordan temas prioritarios de la propia pluma de las y los jóvenes de Quiché, Alta Verapaz, Sololá y Ciudad de Guatemala, quienes anhelan despertar la toma de conciencia de sus pares y de todos aquellos y aquellas que los lean, fomentando así las nuevas ideas, generando más y mejor participación ciudadana, pero sobre todo impulsando ¡el poder y voz de las juventudes!.

EL CONTENIDO DE LOS ARTÍCULOS ES RESPONSABILIDAD DE SUS AUTORES Y NOS DESVINCULA DE LA COAUTORÍA DE LOS MISMOS.

LUCHA CONTRA LA DESNUTRICIÓN INFANTIL

Por **HARRY AUGUSTIN RONALDO TU CORTEZ**
San Cristóbal Alta Verapaz

Según datos de UNICEF, Guatemala tiene una de las tasas de desnutrición crónica más altas de América Latina, con aproximadamente el 46% de niños menores de cinco años afectados por esta condición en el 2023. La desnutrición infantil tiene consecuencias devastadoras en la salud y el futuro de los niños, quienes son más propensos a enfermedades graves, retraso en el crecimiento físico y mental, y un mayor riesgo de mortalidad temprana. Expertos consideran la desnutrición un

problema multidimensional causado por una serie de factores interconectados, siendo estos:

Pobreza Extrema: la mayoría de las familias afectadas por la desnutrición en Guatemala viven en la pobreza extrema, lo que dificulta su capacidad para comprar alimentos nutritivos y proporcionar una dieta adecuada a sus hijos. A esto se suma que muchas comunidades rurales, no tienen acceso a servicios de salud de calidad, aletargando la detección temprana y el tratamiento de la desnutrición. Asimismo, la alta tasa de fecundidad y el cambio climático provoca la inseguridad alimentaria,

NIÑOS EN LAS PIERNAS, BASURA POR LA VENTANA

Por **Elvira Hernández Ruiz**
Santa Cruz, Quiché

La contaminación es un mal que hoy nos está mostrando su rostro más oscuro, situación que afecta no solamente la salud de las personas y pone cada vez más en peligro los recursos naturales para la subsistencia del hombre y los animales. Una de las grandes causas de la contaminación es provocada por la inconciencia del hombre al desechar de forma inadecuada la basura, la creación de vertederos clandestinos, considerados grandes contaminantes del aire y de las fuentes hídricas.

En el campo, la contaminación tiene alcance en nuestras siembras, con la utilización de fertilizantes de manera desmedida que ocasionan daños a la tierra y a la salud de los seres humanos. Es bien sabido, que existen diferentes tipos de agentes contaminantes químicos como los plaguicidas, herbicidas, químicos de diferentes productos metálicos pesados, hidrocarburos y sustancias ácidas que combaten las plagas pero también provocan la muerte de otros seres vivos, como las abejas, importantes insectos que contribuyen en gran medida al desarrollo del ecosistema.

Otro hecho que debemos lamentar es la tala immoderada de árboles, situación que pasa frente a nuestras narices. Es frecuente observar camiones de grandes proporciones llevarse nuestros tesoros milenarios,

con ellos no solo se va nuestra madera, sino una parte de nuestra cultura, identidad, del presente y futuro, se llevan a los testigos de nuestra cosmovisión.

Es necesario desarrollar campañas de concienciación y sensibilizar a la población sobre las consecuencias de la contaminación en todas sus manifestaciones. A la vez, todos debemos aprender a identificar los diferentes tipos de contaminación de acuerdo a su origen. La contaminación natural, causada por fenómenos como incendios, erupciones volcánicas, terremotos; las artificiales, que son provocadas por el hombre, el aumento de la población y el incontrolable avance del desarrollo industrial, provocando un desequilibrio en el ambiente.

Como posibles soluciones ante esta alarmante situación está promover el reciclaje y a la vez construir estrategias de recolección de desechos en espacios habituales, por ejemplo, los autobuses deberían por norma contar con un recipiente para depositar la basura. Es habitual, escuchar que los choferes desvergonzadamente griten, “niños en las piernas y basura por la ventana”. Debemos fomentar la conciencia, para que esos niños que hoy viajan en el transporte colectivo en las piernas de sus progenitores, cuando sean adultos, puedan desde los ventanales apreciar espacios verdes, respirar aire puro, libres de contaminación respetando el hábitat de todo ser en la naturaleza.

desarrollan programas de fomento a la Agricultura Familiar para mejorar la disponibilidad de alimentos nutritivos y diversificar la dieta de las familias.

La desnutrición infantil en Guatemala es un desafío complejo y arraigado en la pobreza y la falta de acceso a recursos básicos. Sin embargo, a través de la colaboración entre el gobierno, organizaciones no gubernamentales y la comunidad internacional, se realizan esfuerzos significativos para abordar esta crisis y mejorar la vida de los niños guatemaltecos. La lucha contra la desnutrición es esencial para el futuro de Guatemala y la realización del potencial de sus jóvenes generaciones.

Las consecuencias de la exclusión política de las juventudes en el proceso de construcción de una sociedad democrática

Por **MADLINE MARTÍNEZ**
Voluntaria en Fundación Oxlajuj N'o'j

La democracia es un sistema político basado en la participación activa de todos los ciudadanos en la toma de decisiones y la construcción de una sociedad justa y equitativa. En este contexto, las juventudes, al tratarse de perspectivas y visiones frescas, desempeñan un papel fundamental en la construcción de la sociedad. Especialmente en sociedades como la guatemalteca en donde, según estadísticas del Censo Poblacional del 2018, aproximadamente 5.7 millones de personas se encuentran entre las edades de 13 y 27 años.

Debido a esto, la participación de las juventudes no solamente es fundamental para la construcción de una sociedad justa y democrática, sino que también es necesaria para garantizar que las preocupaciones, perspectivas y necesidades de las juventudes sean consideradas en los procesos de toma de decisión promoviendo la construcción de políticas dirigidas por y para las juventudes.

Aunque la población joven constituyó un grupo importante en el contexto de las elecciones, representando el 41% del padrón electoral, también se evidencia una alarmante cifra de exclusión si se toma en cuenta que un 65% de las personas entre 18 y 25 años que quedaron fuera del padrón electoral y no pudieron ejercer su derecho al voto. Además, los resultados de las elecciones evidencian que los espacios de toma de representación difícilmente son ocupados por jóvenes.

El Congreso de la República estará mayoritariamente conformado por personas entre los 31 y los 40 años (35.3%), mientras que las personas entre los 18 y los 30 años constituyen el rango con menor representación, pues apenas llegan a ocupar un 6.4% de los escaños. Su exclusión no solo implica

importantes debilidades en el tejido democrático sino también la posible privación o vulneración de sus derechos.

La baja participación de las juventudes en las estructuras partidarias puede deberse a muchas causas; como la falta de planes serios para atender a sus necesidades. Aunque en los últimos años los partidos progresistas han mencionado de manera directa a este grupo en sus planes y les han incluido dentro del desarrollo de sus campañas políticas, lo cierto es que muchas veces no tienen propuestas concretas que contribuyan a la solución de las problemáticas que les afectan.

Aunado a ello, los paradigmas adultocentristas que usualmente operan en el ámbito público a menudo invisibilizan a la población juvenil para la toma de decisiones colectivas lo que ocasiona que pierdan el interés por incorporarse a las filas de las organizaciones políticas debido a las dificultades que pueden enfrentar para hacerse escuchar.

La ausencia de las perspectivas de las juventudes dentro del escenario político se traduce en un estancamiento en los procesos de innovación pública y social, y la importancia de la inclusión de su perspectiva puede evidenciarse claramente en estas últimas elecciones en las que la participación de las juventudes tanto en la campaña electoral y la manifestación de su voluntad en redes sociales como en las urnas fue un componente esencial que explica en buena medida el resultado obtenido.

Como jóvenes podemos y debemos contribuir activamente en la búsqueda de soluciones de los problemas que suscitan nuestro entorno social a través de la intervención en la agenda política con ideas transformadoras y claras encaminadas a la solidificación del proceso democrático en Guatemala.

La participación política de las jóvenes en las elecciones 2023 y lo que viene para el futuro

Por **LINDA ALAY MEDINA**
Ciudad de Guatemala, Guatemala
Fundación Oxlajuj N'o'j

A pesar de constituir más de la mitad de la población en Guatemala, las mujeres hemos enfrentado históricamente una exclusión en el ámbito político. Esto ha dejado una huella profunda en la representación de los intereses y la participación de las mujeres en la toma de decisiones del país, afectándonos no solo a nosotras, sino también a la democracia guatemalteca.

Aunque los esfuerzos realizados para empoderar a las jóvenes, en los últimos años han ido aumentando, no podemos negar que todavía existen obstáculos que restringen nuestra participación política. Los estereotipos de género, el machismo, la cultura sexista y las brechas de desigualdad en el acceso a recursos entre hombres y mujeres son claros ejemplos de estos impedimentos.

Pese a que las estadísticas del Tribunal Supremo Electoral, indica que las mujeres guatemaltecas conformamos el 54% del electorado en estas elecciones, Guatemala presenta uno de los índices más bajos de participación política de mujeres en Latinoamérica lo que implica que existe un número reducido de mujeres ocupando cargos públicos y espacios importantes en la toma de decisiones en los Organismos del Estado y los partidos políticos.

Lo cual se ve reflejado en los resultados de las elecciones, existen pocos avances en la igualdad de género. En el reciente periodo electoral, sólo se eligieron 33 mujeres como diputadas al Congreso de la República, incluyendo únicamente a una mujer indígena, de las tres mujeres indígenas que hubieron en la legislatura anterior, lo cual representa un 20% del total de 161 escaños. Además, aunque en esta ocasión, 257 mujeres se postularon para ser alcaldesas a nivel nacional —una cifra significativa mayor a periodos anteriores—, solamente 9 de ellas resultaron electas, perdiendo incluso una representación con respecto al periodo anterior. En 2015 se eligieron 10 alcaldesas, en 2019 10 alcaldesas y en 2023 serán 9 alcaldesas.

A pesar de que Guatemala ha firmado y ratificado los principales instrumentos internacionales en materia de derechos humanos, es uno de los pocos países en América Latina que no cuenta con leyes de

cuotas o paridad de género. Esto no solamente perpetúa la desigualdad de género en la toma de decisiones y en la formulación de políticas públicas, sino que limita la representación de las preocupaciones, necesidades y perspectiva de nosotras las mujeres jóvenes tanto en problemas que nos afectan de manera directa como los distintos problemas públicos existentes.

En la actualidad, existen pocos esfuerzos por parte de los partidos por adoptar medidas internas que promuevan la inclusión equitativa de hombres y mujeres en las listas de candidaturas. Al analizar los datos de algunos partidos, podemos evidenciar que la bancada Semilla es el partido que abandera la representación de las mujeres en el Congreso, siendo la bancada con más representación de mujeres en la historia de Guatemala. De los 23 espacios obtenidos, 10 serán ocupados por diputadas, implicando así que el 43.5% de la bancada estará conformada por mujeres.

Después de Semilla otros partidos incluyeron a las mujeres dentro de sus listas, pero sus porcentajes de representación son muchísimo más bajos. Vamos obtuvo 39 congresistas, solamente seis mujeres, representando el 15.4% del total de los puestos obtenidos. La Unidad Nacional de la Esperanza incluyó a cuatro mujeres del total de 28 diputados electos. Y existen bancadas, como Cabal, que están en el otro extremo, con 18 curules, todos ocupados por hombres.

En vista de los datos presentados, es innegable que se requieren reformas sustanciales en los procesos de participación política en Guatemala para promover una inclusión más significativa de las mujeres jóvenes. La construcción de una democracia sólida y equitativa no puede materializarse plenamente sin la representación activa de la mitad de la población de nuestra sociedad.

Las mujeres jóvenes queremos posicionarnos en la agenda pública la reducción de la violencia de género, la educación integral en sexualidad, la interrupción voluntaria del embarazo, la menstruación digna, educación de calidad, vivienda para todas las personas, políticas paritarias, el buen vivir, un Estado Plurinacional. Es por eso que es importante que sigamos politizándonos y tomando los espacios, que nos convoque un mundo equitativo.

Río Negro, Voces con Historia

Por WILSON SIS
Alta Verapaz

“Río Negro, Voces con Historia”, documental lanzado en agosto de 2023 por Jóvenes de San Cristóbal Verapaz, del diplomado “Juventudes y Participación Ciudadana, una mirada activa desde la historia reciente de Guatemala”, narra los sucesos ocurridos en la comunidad Río Negro, Alta Verapaz, donde aún permanece el recuerdo de la tierra arrasada.

El conflicto armado constituye un capítulo reciente finalizado en la historia de Guatemala, un capítulo trágico que no podemos asumirlo

como sociedad, si no reflexionemos en torno a la dinámica social y lógica en la que se enmarcó. Un conflicto que inicio durante un gobierno avaro, sediento y cegado de poder que creyó que sería fácil perjudicar y arrebatar las tierras a una comunidad, sin considerar que del otro lado se encontraban en desacuerdo con las disposiciones gubernamentales.

La oposición y manifestación pacífica de los lugareños, fue respondida con violencia por el régimen militar, acusando de subversivos y de pertenecer a la guerrilla a una población de 500 personas, que se negaron a abandonar sus tierras entre 1981 y 1983.

El documental resalta los trágicos sucesos vividos en los años 80's donde la comunidad de Río Negro sufrió masacres y pérdidas de familiares durante el conflicto armado interno, donde los actores más visibles fueron el ejército y la insurgencia, pero también grupos políticos y fuerzas económicas estuvieron involucrados.

Era una constante la violencia institucional y la culpabilización de las víctimas, es decir, el castigo por la defensa de sus derechos cívicos fue la muerte, y por ende la lucha por cualquier reivindicación política, económica o cultural, era un acto delictivo. Esta lógica impulsada por el Estado generó, además de muerte, terror, silencio y la falta de interés por la participación política, que todavía se hace sentir hasta nuestros días.

De acuerdo a la sentencia dictada en el 2012, por la Corte Interamericana de Derechos Humanos contra el Estado de Guatemala, declaró a éste responsable internacionalmente por las desapariciones forzadas de 17 personas, ocurridas en el marco de cinco masacres perpetradas entre los años 1980 y 1982, durante el conflicto armado, en contra de los

miembros de la comunidad de Río Negro, “enmarcadas dentro de una política de Estado de ‘tierra arrasada’ dirigida hacia la destrucción total de dicha comunidad”. También, determinó la responsabilidad estatal por la falta de investigación de tales hechos. Igualmente, se declaró a Guatemala responsable por la sustracción de niños y niñas de la comunidad de Río Negro durante la masacre de Pacoxom y por obligarlos a trabajar en casas de patrulleros, provocando un impacto agravado en la integridad psíquica de esas personas. Además, se encontró a Guatemala responsable por el deterioro en la calidad de vida de los miembros de la comunidad de Río Negro, provocado por su desplazamiento y reasentamiento en la Colonia Pacux en condiciones precarias, lo cual generó destrucción de su estructura social, desintegración familiar y la pérdida de sus prácticas culturales y tradicionales. Finalmente, la Corte encontró a Guatemala responsable por el sufrimiento de las víctimas sobrevivientes de las masacres, resultado de la impunidad, y estableció que su sentencia constituye por sí misma una forma de reparación, además, ordenó al Estado determinadas medidas de reparación.

Los habitantes de Río Negro, son un ejemplo de lucha y resiliencia, quienes a pesar de perder a un gran número de sus habitantes han logrado salir adelante. Hoy en día la Comunidad maya-Achí Río Negro, cuenta con un sitio turísticos llamado “El Centro Histórico “RIIJ IB’OOY”, que fue construido por la comunidad en el año 2007, con el propósito de crear un medio de aprendizaje sobre la historia y cultura de la región Achí, dando a conocer su historia a causa del conflicto armado interno, así mismo sus costumbres y tradiciones.

La mayoría de ciudadanos desconocen los sucesos que afectaron al país, como el conflicto armado y sus consecuencias. Este documental denominado “Río Negro, Voces con Historia” está dirigido al movimiento estudiantil, de educación media y universitario y no solo busca llamar la atención de los jóvenes, sino también de las organizaciones sociales y población en general, para que no olvide nuestra historia y no se vuelvan a cometer las mismas injusticias y atrocidades.



ENTREVISTA: Abril Cardona- representante de juventudes

¿Por qué se eligió a la comunidad de Río Negro para desarrollar este proyecto?

Elegimos a la comunidad de Río Negro porque durante el primer módulo del diplomado que recibimos nos llevaron a esa comunidad para tener más contacto con las víctimas sobrevivientes del conflicto armado y Río Negro fue donde se tenía más acceso. Esta es una de las comunidades más afectadas de los casos más conocidos no sólo a nivel nacional sino internacional respecto a derechos humanos, ya que no sólo fue afectada por el conflicto armado sino por la construcción de lo que hoy en día es la hidroeléctrica Chixoy, que fue el inicio de la violación a los derechos humanos en Río Negro. También, se destaca porque es una comunidad que ha regresado a su lugar de origen y ha luchado por salir adelante desde sus posibilidades, así que es un gran ejemplo de resiliencia valentía y trabajo duro.

¿Qué efectos tendrá la presentación del documental con esta perspectiva?

Este documental seguramente, despertará el interés de todas las personas que lo vean, pero especialmente de los jóvenes. Invita a venir y dar un paso adelante para conocer la historia más allá de académico.

Es un llamado también a la participación ciudadana juvenil tanto en momentos como este año que fueron las elecciones e invita a la comunidad para que vengan y busquen soluciones a las problemáticas que se presentan. Muchas veces como jóvenes pensamos que la historia se queda en el pasado y ya no tiene importancia en el futuro, sin embargo, lo acontecido es la base para el sistema que conocemos hoy en día. Entonces conocerla nos ayuda a tener un panorama más claro sobre lo que no se debe de hacer y lo que se debe cambiar.

PRIMERA RODADA ALTAVERAPACENSE

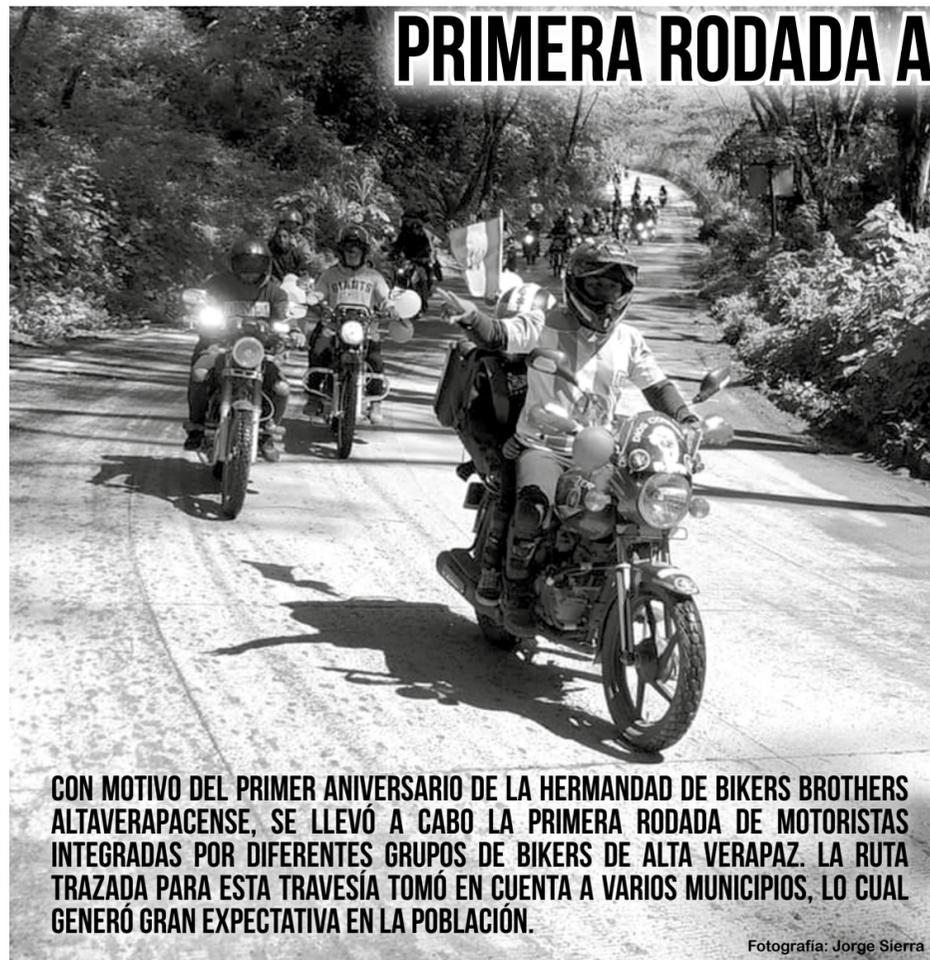
Por JORGE SIERRA
La Tinta, Alta Verapaz

Con motivo del primer aniversario de la hermandad de Bikers Brothers Altaverapacense, se llevó a cabo la primera rodada de motoristas integradas por diferentes grupos de bikers de Alta Verapaz. La ruta trazada para esta travesía tomó en cuenta a varios municipios, lo cual generó gran expectativa en la población. La caravana inició en el cruce de San Julián ubicado en el municipio de Tactic, recorrió toda la ruta del Río Polochic, afluente emblemático del departamento y concluyó en el Ecocentro “Los Delfines” en el municipio de La Tinta.

Eddyn Xol Choc integrante y secretario del grupo de Hermandad Bikers de la Tinta comenta: “desde mi punto de vista fue una buena actividad, se cumplió con el objetivo y se mantuvo el orden durante el recorrido, solo hubo una pequeña molestia debido a que algunos jóvenes ajenos a los grupos integrantes, venían manejando de manera imprudente y peligrosa”.

Josué Rodríguez, comerciante del municipio de La Tinta argumentó que considera importante esta actividad, “A mi criterio es positivo este tipo de eventos porque fomenta la cultura del motociclista, incentiva la economía, porque los comerciantes promueven y venden sus productos a los visitantes”.

El objetivo de esta actividad, indica referida hermandad, es dar a conocer la cultura Biker y a la vez promover sitios turísticos de Alta Verapaz.



CON MOTIVO DEL PRIMER ANIVERSARIO DE LA HERMANDAD DE BIKERS BROTHERS ALTAVERAPACENSE, SE LLEVÓ A CABO LA PRIMERA RODADA DE MOTORISTAS INTEGRADAS POR DIFERENTES GRUPOS DE BIKERS DE ALTA VERAPAZ. LA RUTA TRAZADA PARA ESTA TRAVESÍA TOMÓ EN CUENTA A VARIOS MUNICIPIOS, LO CUAL GENERÓ GRAN EXPECTATIVA EN LA POBLACIÓN.

Fotografía: Jorge Sierra

Por la Salud y Dignidad Menstrual



Fotografía: Jeffry Herrera

Por **JEFFRY HERRERA**
San Cristóbal Verapaz, Alta Verapaz

En los últimos años la salud menstrual se aborda de manera más constante, con el propósito de dar a conocer prácticas y cuidados que las mujeres deben de llevar a cabo durante el ciclo menstrual. Sin embargo, la desinformación y los estigmas continúan provocando enfermedades leves y severas en la salud de las mujeres.

La salud menstrual es un tema relacionado con la promoción y cumplimiento de los derechos humanos, manifiesta la Organización de las Naciones Unidas (ONU) porque tiene relación con el derecho a la salud, igualdad de género, derecho al agua y al saneamiento. Este tema ha cobrado mayor notoriedad a nivel internacional por iniciativa de la ONG alemana Wash Unite, que promueve el 28 de mayo como el día marco a la Salud Menstrual, la fecha tiene relación con la duración promedio del ciclo menstrual y sangrado.

En tanto, la Organización Mundial de la Salud (OMS), asegura que la higiene menstrual es un aspecto importante de la salud reproductiva y el bienestar de las personas. Es fundamental que se aborden adecuadamente los desafíos relacionados con la menstruación, como el acceso a productos asequibles y la educación menstrual, para garantizar que todas las personas puedan experimentar este ciclo con dignidad y sin problemas de salud.

Asimismo, UNICEF este año en su comunicado manifiesta: "La desigualdad de género, la pobreza, las crisis humanitarias y algunas prácticas culturales pueden hacer que la menstruación sea una experiencia de estigma y discriminación, que afecta el disfrute de los derechos humanos fundamentales".

En Cobán, Alta Verapaz, la ONG AHF Guatemala junto con la Dirección del Área de Salud de Alta Verapaz (DASAV), con el apoyo de medios de comunicación, promueven la actividad "Buena Higiene Menstrual" con el fin de informar y mermar los estigmas relacionados con la menstruación. A la vez hace saber a las niñas, adolescentes y mujeres que cuentan con el apoyo del área de salud y recomiendan:

Durante la menstruación se debe limpiar la zona genital con agua tibia y un jabón suave. Evitar el uso de jabones perfumados o duchas vaginales, ya que pueden alterar el equilibrio natural de la flora vaginal.

El lavado de manos es fundamental antes y después de cambiar productos menstruales para evitar la propagación de bacterias.

Usar ropa interior limpia y cómoda, es importante para mantener la higiene durante la menstruación. Mantener una dieta equilibrada y consumir alimentos ricos en hierro puede ayudar a reducir la fatiga y otros síntomas menstruales.

Si se experimenta dolor menstrual intenso, debe consultarse a un profesional de la salud, porque pueden sugerir métodos de alivio del dolor.

Es importante entender que la menstruación es una parte natural del ciclo reproductivo de las mujeres y la higiene menstrual es esencial para prevenir infecciones y mantener un bienestar general durante este período.

Información importante sobre la higiene menstrual

Toallas sanitarias: estos productos se adhieren a la ropa interior y absorben el flujo menstrual, se cambian dependiendo el sangrado que se tenga, son de un solo uso y se encuentran fácilmente en cualquier tienda.

Tampones: se insertan en la vagina para absorber el flujo menstrual, se recomienda un uso estimado de 4 a 8 horas y no usarse por ninguna otra razón que no sea la del uso por periodo menstrual.

Copa menstrual: Una copa menstrual es un dispositivo de silicona o goma que se coloca en la vagina para recoger el flujo menstrual. Esta misma se puede reutilizar durante varios años dándole cierto servicio.

Pañuelos de tela: algunas personas optan por usar pañuelos de tela lavables como una alternativa más ecológica a las toallas sanitarias y tampones desechables y hasta en cierto caso se recurre a ellos por falta de recursos.

Los productos menstruales deben ser eliminados adecuadamente. Las toallas sanitarias y tampones deben desecharse en la basura, no en el inodoro. Las copas menstruales y pañuelos de tela deben enjuagarse y limpiarse antes de volver a usarlos.



Fotografía: Jeffry Herrera

Reciclan para hacer Altares Patrios

Por **PABLO TUY**
Sololá, Sololá

Con motivo de las actividades de independencia que se celebran en septiembre en toda Guatemala, jóvenes de la cabecera de Sololá realizaron altares cívicos con material reciclado, utilizando botes, cartones, hojas y otros materiales desechados. Los altares fueron dedicados a lugares emblemáticos del país, entre estos el Lago Atitlán, Sololá; el Museo de los Capitanes de Antigua Guatemala, Sacatepéquez; Tikal, Petén; Semuc Champey, Alta Verapaz; Castillo de San Felipe, Izabal y otros lugares representativos de la tierra del Quetzal.

"Los estudiantes utilizaron material reciclable para realizar los altares patrios y demostraron que todo es posible con pocos recursos, con mucha creatividad y gran entusiasmo", manifestó Jennifer Flores, docente de la Escuela Nacional de Ciencias Comerciales.

La docente, quien además asesoró a los estudiantes, indica que estas actividades promueven la cultura de nuestra bella patria y permite que las y los jóvenes conozcan los tesoros culturales y tradiciones de Guatemala.

En tanto, Estefany Rivera, estudiante de referido plantel, destacó que las fiestas de independencia despiertan el civismo, la creatividad y son formativas. Además, calificó este tipo de actividades como un sano entretenimiento y compartimiento con los pobladores e inspiran a las juventudes a participar de manera más activa como ciudadanos.

En los altares se hizo referencia que el 15 de septiembre 2023, se alcanzan 202 años de vida independiente. Asimismo, diferentes establecimientos de educación pública y privada participaron en desfiles con bandas escolares y coreografías de batonistas, donde las y los estudiantes manifestaron sus talentos musicales y otro tipo de expresiones culturales y artística.



Fotografía: Pablo Tuy

UNIÓN INFELIZ

NORMARIVA NACIONAL TIPIFICA COMO MATRIMONIO INFANTIL COMO DELITO

Por **MINELY AZUCENA LUX LÓPEZ**
Quiché

Las estadísticas indican que Quiché es uno de los departamentos de Guatemala con mayor cantidad de matrimonios de niñas y adolescentes, a pesar que el matrimonio infantil forzado está prohibido en el Código Civil, en las reformas manifestadas en el Decreto 13-2017, donde se prohíbe el matrimonio de menores de 18 años.

En municipios como San Pedro Jocopilas, Sacapulas, Nebaj, Joyabaj a diario se observan a niñas y adolescentes entre los 12 y 17 años, casadas e incluso con un bebé entre brazos. Informes de UNFPA, indican que entre los motivos de esta problemática se debe a factores culturales, situación de pobreza, violencia intrafamiliar que las niñas y adolescentes afrontan. Hay hogares donde son consideradas por sus padres como una carga social o bien una mercancía. Pero también existen casos, donde las adolescentes son quienes deciden unirse o casarse por haber crecido en un entorno donde han sido violentadas.

Las niñas y adolescentes merecen crecer, estudiar y graduarse, hacer uso de sus derechos, participar en la sociedad, conseguir un buen trabajo, pasear, tener amistades, estar tranquilos y apoyar a sus familias, manifiesta Yessenia López del Observatorio Juvenil de San Pedro Jocopilas, Quiché.

En América Latina y el Caribe, según informes de UNICEF, es la región del mundo donde los matrimonios infantiles no han disminuido en los últimos 25 años y ocupa el segundo

lugar del mundo en embarazos de adolescentes.

El organismo en referencia da a conocer en su sitio web las siguientes estadísticas en relación al matrimonio y embarazo infantil: el Registro Nacional de las Personas reporta que el 18% de los nacimientos en 2018, fueron de madres adolescentes. El 47% de las mujeres censadas respondieron haber sido madres antes de los 20 años. De las mujeres entre 15 y 19 años, el 6% están casadas y el 14% están unidas; y una de cada cinco ha tenido hijas e hijos o ha estado embarazada (Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS), Instituto Nacional de Estadística (INE), & ICF Internacional, 2017).

"Es triste saber que la mayoría de mis primas y amigas se tuvieron que casar porque sus condiciones de vida no eran buenas, ellas creían que si se casaban sus condiciones de vida mejorarían y tendrían un futuro mejor", manifiesta Rosa Edelmira López Ixcotoyac del Consejo del Pueblo Maya de mujeres.

Las niñas y adolescentes que contraen matrimonio antes de cumplir los 18 años corren riesgo de sufrir violencia doméstica, tienen menos probabilidades de continuar sus estudios, al momento de quedar embarazadas corren el riesgo de tener complicaciones durante ese periodo o en el parto. Esta práctica también puede aislar a las niñas y adolescentes de sus familias y sus amistades, así como restringir su participación en sus comunidades, de modo que su bienestar físico y psíquico se vea gravemente afectado, enfatiza la representante del Observatorio Juvenil.

La realidad de uniones forzadas en niños, niñas y adolescentes

Fotografía: Minely Azucena Lux López

INDIGNA MUERTE DEL NEGRO

Por **LESTER MORÁN**
Cobán, Alta Verapaz

Según testigos, todo aconteció la noche del último domingo de agosto en el municipio de San Cristóbal Verapaz, Alta Verapaz. El escenario del suceso fue frente a la farmacia "El Milagro", donde una persona de sexo masculino, en estado etílico, agredió fuertemente al ahora occiso, conocido cariñosamente como el Negro, quien era muy querido en el pueblo. El negro, era considerado más que un perro de la calle la mascota del barrio, murió al ser pateado sin motivo alguno.

Ahora ya no lo escucharemos ladrar.

ni mover su colita, manifestaron consternados algunos de los vecinos del sector. Esto indignó a pobladores y a representantes de entidades que velan por los derechos de los animales, quienes argumentaron que este tipo de actos deben ser denunciados y condenados, tomando en cuenta que existe una normativa que vela por los derechos de los animales "Ley de Protección Animal" aprobada a través del decreto 05-2017, el 28 de febrero de 2017. Al entrar en vigencia todos los animales tienen el reconocimiento jurídico como seres vivos.

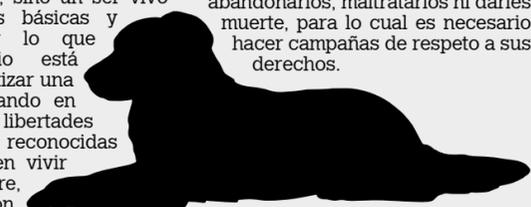
Para darle solución a estos tipos

de sucesos, como la muerte del "NEGRO" un perrito que no le hacía nada a nadie, debe haber más control sobre el trato y cuidado de los animales y sobre todo se debería endurecer la ley que protege el cuidado de mascotas o animales, agregaron los vecinos.

Es de suma importancia comprender que un perro no solo es una mascota, sino un ser vivo con necesidades básicas y específicas, por lo que cada propietario está obligado a garantizar una vida digna, tomando en cuenta las cinco libertades internacionales reconocidas a su favor: deben vivir libre de hambre, sed y desnutrición

, libre de temor y de angustia, libre de molestias físicas; térmicas e incomodidad, libre de manifestar sus comportamientos naturales y libre de dolor, lesiones y enfermedades.

De acuerdo a movimientos de protección de los derechos de los animales, las personas deben preocuparse por los seres vivos, no abandonarlos, maltratarlos ni darles muerte, para lo cual es necesario hacer campañas de respeto a sus derechos.





JUEGOS EN LINEA Ó VIDEOJUEGOS y sus efectos en los jóvenes

Por **LOURDES GÓMEZ**
Santa Cruz, Quiché

Los videojuegos pueden tener una amplia gama de efectos en los niños adolescentes, jóvenes y adultos, que depende en gran medida de la cantidad de tiempo que se dedique a jugar, el tipo de juegos que se elijan y la forma en que se equilibren con otras actividades.

Según Jenifer Castellanos, psicóloga clínica, algunos videojuegos pueden mejorar las habilidades cognitivas, la resolución de problemas, la toma de decisiones, la planificación estratégica y la coordinación de los dedos y vista. Los juegos de rompecabezas y estrategia, por ejemplo, a menudo requieren que los jugadores piensen de manera crítica y analítica para reaccionar en los diferentes obstáculos o niveles.

Algunas personas desarrollan habilidades blandas, entre esta comunicación efectiva, pensamiento crítico, coordinación, creatividad, concentración, debido a que los juegos en línea ayudan a socializar al interactuar con otros jugadores,

trabajar en equipo y comunicarse de manera efectiva. En algunos jóvenes despierta el interés de estudio en carreras de programación, diseño, informática. Sin embargo, es importante que los padres supervisen estas interacciones para garantizar que sean seguras y apropiadas en las edades de los niños, adolescentes y jóvenes que van experimentando esta parte de la tecnología que puede ayudar al desarrollo humano.

Castellanos agrega, que en otras personas los videojuegos o juegos en línea desencadenan adicción, síndrome de dependencia o mantiene abstraída a la persona por el exceso de tiempo dedicado a dispositivos de entretenimiento.

Además, genera obesidad y aislamiento por la falta de actividad física, pueden interferir con el desempeño educativo. Los padres de familia deben vigilar el uso de los juegos en línea, porque en diversas ocasiones estas plataformas o dispositivos son utilizados por pedófilos para buscar víctimas. En tanto la doctora Karina Rodríguez,

director médico del Hospital de Rehabilitación del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social (IGSS), asevera que la tecnología virtual se ha incorporado en el proceso de rehabilitación, entre estos el Xbox, se utiliza en niños como herramientas terapéuticas para tratar afecciones como el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) o el trastorno del espectro autista (TEA) y en niños con deficiencia sensorial. Estos juegos están diseñados específicamente para abordar las necesidades terapéuticas de los jóvenes.

Asimismo, comenta Rodríguez, la tecnología virtual también se utiliza en adultos, desarrolla y fortalece intereses y habilidades, porque utiliza juegos de deporte como pin pong, boliche, box, entre otros, dirigidos a fortalecimiento de la movilidad de extremidades, deficiencias sensoriales, equilibrio, ojo malo que se manifiesta en personas con secuelas de accidentes, amputados, fracturas, problemas de columna, lesionados medulares, esclerosis múltiple, Síndrome de Guillain Barre, eventos cerebrovasculares, diabetes, tensión, neuropatía. Cabe mencionar, que las actividades relacionadas con este tipo de

tecnología, también tiene beneficios en la condición cardiovascular y actividades de desempeño. El IGSS atiende alrededor de 5 mil pacientes con esta modalidad de rehabilitación durante el ciclo de atención de terapia ocupacional, puntualizó.



Fotografía: Osman Caal



Fotografía: NIMD

Se conforma la Red de Colectivos por la Democracia

Por **NIMD**

Organizaciones de diferentes municipios y departamentos se encuentran en la Red de Colectivos por la Democracia, REDCODE; con la consigna de "la unión hace la fuerza", la Red ha sido conformada con el propósito principal de hacer incidencia política para la mejora de la vida de sus comunidades y, promover así, una democracia más incluyente.



Fotografía: Tania Pricila Gonzales Castro

DOÑA MARÍA

Y SU PRIMERA SOLICITUD DE INFORMACIÓN PÚBLICA

Por **TANIA PRICILA GONZALES CASTRO**
Aldea Pamezabal Santa Lucía Utatlán, Sololá

Guatemala es un país que tiene diversidad de leyes que amparan los derechos de la población, sin embargo, no todas son conocidas y ejercidas, como el Derecho de Acceso a la Información Pública (AIP). Existen barreras y limitantes para ejercerlo, que afectan mayormente a mujeres indígenas y del área rural, como el analfabetismo, desconocimiento de leyes y la existencia de oficinas que dan trámite a las solicitudes de información pública. Este es el caso de doña María Elena Yac, mujer maya Tz'utujil del municipio de Santa Lucía Utatlán, quien por primera vez realizó un requerimiento de AIP.

Doña María Elena comenta que desconocía la Ley de Acceso a la Información Pública (LAIP), y fue a través de un taller impartido por el Centro Carter en el 2021, junto a un grupo de alrededor de 20 mujeres cuando se enteró de la existencia de este importante derecho. En esa oportunidad, además de conocer la normativa, también realizaron ejercicios para solicitar información de un tema de interés.

Como parte del proceso formativo sobre el derecho de acceso a la información pública, doña María Elena mostró especial interés por obtener información

del Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación (MAGA) y realizó un requerimiento en la delegación departamental sobre los programas dirigidos a mujeres, cobertura de los mismos, requisitos para formar parte del Centro de Aprendizaje para el Desarrollo Rural (CADER) y la ubicación de las instalaciones municipales de dicha institución. Tal solicitud se realizó porque Doña María Elena y su grupo de la Comisión Comunitaria de la Mujer de la aldea Pamezabal, Santa Lucía Utatlán, desconocían el que hacer del MAGA.

La ahora requiriente, estuvo atenta a los 10 días de plazo para la entrega de la información, tal como lo establece la LAIP. El MAGA respondió la solicitud de información, al recibirla fue analizada con el propósito de conocer los programas y encontrar beneficio para las mujeres de su comunidad. A partir de esta evaluación se gestionó con el delegado de dicha entidad una visita a la comunidad, lo cual se concretó y se obtuvo lo siguiente:

- Delegados del MAGA realizan la visita requerida, en el encuentro se explicó en que consiste el CADER, los compromisos de las mujeres y sus beneficios.

- Derivado de la información recibida, las mujeres se organizaron con el propósito de aprovechar

las oportunidades de formación sobre emprendimientos, como elaboración de envasados, canastos y repostería.

- Doña María Elena comparte la información sobre el quehacer del MAGA a más personas y un nuevo grupo, además del de ella, son tomadas en cuenta para ser beneficiarias de los programas de la institución.

- Reciben insumos para la elaboración de canastos para aprender un nuevo oficio con una visión de emprendimiento económico.

La protagonista de esta experiencia argumenta que conocer sobre el Derecho a la información pública, contribuyó a que pudieran acercarse a las diferentes instancias, tener conocimiento de los servicios que ofrecen en favor de las mujeres, obteniendo un resultado positivo.

Ahora, después de realizar este ejercicio, motiva a otras mujeres a que asistan y participen en los espacios de capacitación o talleres de información sobre LAIP, asegura que será de gran beneficio para la vida personal, familiar y comunitaria, debido a que es importante que las mujeres conozcan sus derechos y puedan aprovechar los recursos que implementa el gobierno a través de los programas sociales, los que muchas veces no se conocen

porque son politizados y las mujeres no se acercan a preguntar por miedo y por desconocimiento de sus derechos.

Doña María Elena esta empoderada que todas las mujeres indígenas y en condiciones de pobreza tienen los mismos derechos para poder participar y ser tomadas en cuenta sin discriminación alguna y a través de la información pública se pueden conocer los programas de desarrollo en beneficio de nuestras familias y comunidades.



Fotografía: Tania Gonzales

JÓVENES SE CAPACITAN EN GÉNEROS PERIODÍSTICOS LANZAN PERIÓDICO JUVENIL

Por **DIEGO GONZÁLES**
Cobán, Alta Verapaz

Derivado al Congreso de Jóvenes, promovido por el Instituto Holandés para la Democracia Multipartidaria (NIMD) organismo que tiene el objetivo de identificar y fortalecer el liderazgo a nivel local, se desarrolló el taller “Conozcamos de Géneros Periodísticos ” impartido en Sololá, Santa Cruz del Quiché y San Cristóbal Verapaz, Alta Verapaz, respectivamente durante agosto y septiembre, contando con la participación de 50 jóvenes.

El objetivo de esta actividad, expresó Ingrid Quill oficial de

proyectos del NIMD Guatemala, es crear conciencia en los jóvenes Agentes de Cambio del Programa J+D, sobre las diversas situaciones con las que viven las juventudes rurales en contexto a la realidad de su departamento, desarrollar el pensamiento crítico y generar opinión pública desde este importante sector poblacional.

En tanto Néstor Mazariegos, periodista y consultor en comunicación social, argumentó que se orientó a los jóvenes sobre Géneros Periodísticos y el abordaje de temas coyunturales. Además, se creó un Consejo Editorial, espacio donde se conocerán las temáticas a

desarrollar en el proyecto del periódico “El Democrata”. Todos los jóvenes participantes deberán recabar información sobre un tema a su elección, identificar y entrevistar a las fuentes de información idóneas y realizar la redacción de reportajes, crónicas, entrevistas, u otro género de prensa.

Lourdes Gómez, joven perteneciente al programa en referencia, identificó diversas problemáticas que afrontan los jóvenes en las comunidades y valoró este espacio como una oportunidad para visibilizar situaciones que afectan el ambiente, la salud mental, la economía, entre otros.

Quill, finalmente agregó que se publicará un periódico con la información obtenida, se distribuirá en las localidades pertenecientes de los jóvenes y se entregarán ejemplares en la Hemeroteca Nacional, donde se realizará el lanzamiento del medio escrito.

Es importante referir que el programa J+D del instituto holandés, promueve a los jóvenes en el involucramiento en espacios que fomentan el liderazgo, participación ciudadana y política y acciones de desarrollo con el propósito de alcanzar una transformación social en beneficio del sector en referencia.

Una ruta peligrosa y de difícil acceso

Por **DIEGO AMOS**
San Juan Cotzal, Quiché

La falta de implementación de proyectos en San Juan Cotzal, Quiché, detienen el avance de la comunidad, entre los temas pendientes a resolver por las autoridades de turno, esta la reparación y asfalto de los principales caminos. Cada año, con la llegada del invierno las calles se inundan generando constantes atascos, problemas de movilidad en la población y se ha convertido en el principal obstáculo de desarrollo económico de lugar.

Una de las preocupaciones de vecinos del municipio es el estado de las rutas que conducen a diferentes comunidades, aseverando que el trayecto se ha vuelto peligroso y de difícil acceso por la falta de mantenimiento a la carretera. “La última vez que viajé a la comunidad de San Felipe, fue muy complicado, debido a que en el camino; a unos dos kilómetros después de Cotzal, encontré un charco realmente impresionante, similar a una laguna” manifestó José Velásquez, vecino del

sector. Así mismo los conductores de Tuc Tuc aseguran que se quedan varados constantemente en medio del agua acumulada”.

Los representantes de los autobuses extraurbanos expresan que este problema no es nada nuevo y las autoridades municipales no han realizado acciones al respecto. La comuna actual en redes sociales aseveró recientemente, a través de un comunicado, que la administración actual ha mostrado preocupación por el estado de las carreteras, sin embargo, vecinos del municipio lamentan que las promesas de campaña sobre mejoras en cuanto al asfalto y mantenimiento de las calles, solo queda en ofrecimientos.

A esta situación se suma, que vecinos del lugar afectado han iniciado a desviar el agua empozada, porque está provocando inundaciones y deslizamientos de tierra en terrenos aledaños y se teme un derrumbe de grandes proporciones. En torno a esta situación vecinos ya han presentado denuncias en las instancias correspondientes.

Promueven creación de nuevo municipio en Zona Reina, Quiché

Por **AMILCAR TIUL YAT**
Uspantán, Quiché

La Zona Reina, Uspantán, Quiché es uno de los lugares más olvidados del municipio. De acuerdo a líderes comunitarios, durante muchos años se ha solicitado a las autoridades edilas apoyo para tener mayor acceso a servicios básicos, por que varias comunidades no cuentan con caminos asfaltados, centros educativos y puestos de salud. Ante la falta de atención a las necesidades, pobladores de 91 comunidades han desarrollado asambleas, donde resurge la propuesta de crear un nuevo municipio, porque consideran que esta es una alternativa para que sean atendidas las necesidades y demandas de la comunidad y alcanzar desarrollo.

Desde hace más de 30 años, se busca la descentralización de los servicios y obtener de esta manera un desarrollo interno y que los pobladores puedan salir adelante, manifestó Hugo Noriga Chen, presidente del proyecto Pro nuevo Municipio Saquixpec.

La Zona Reina es un territorio formado por 92 comunidades, de las cuales 9 pertenecen al municipio de Chicamán y 83 al municipio de San Miguel Uspantán, en el departamento de Quiché. Se ubica a 65 kilómetros de la cabecera municipal de Uspantán y a 322 kilómetros de la ciudad capital. De las seis regiones que componen el territorio del municipio de Uspantán, la Zona Reina es la más poblada y representa el 40.83% de la población total del municipio. La población, en su mayoría, pertenece a la comunidad lingüística q'eqchi'. El clima de esta región es semi-tropical húmedo y se encuentra a una altura de 660 metros sobre el nivel del mar.

Es importante hacer mención que pobladores del área referida ya han solicitado en años anteriores, a diputados al Congreso de la República, la creación de una iniciativa de ley para que la Zona Reina suba a la categoría de municipio. Cabe mencionar que el último municipio creado en Guatemala, fue Petatán, Huehuetenango, mediante decreto legislativo 6 - 2015.



EL HOROSPOCRÁCTICO

Contenido con fines lúdicos.

ACUARIO
21 ENERO - 20 FEBRERO

Parece que estás pensando en organizarte con tus amigos, para crear proyectos que beneficien a los jóvenes de tu municipio, los astros están a tu favor. Invita a quienes compartan tus mismos valores y recuerda que el diálogo puede abrirte muchas puertas.

PISCIS
21 FEBRERO - 20 MARZO

Con determinación y ambición como tus aliados, los astros te instan a seguir persiguiendo tus metas con tenacidad. Es momento de plantar las semillas para el futuro y de construir bases sólidas para tus sueños.

ARIES
21 DE MARZO - 20 DE ABRIL

Tu afán de perfeccionismo puede causarte dificultades. Relájate, vive la vida intensamente, tu inteligencia hará que incidas para mejorar la vida de las personas, algo importante está por llegar, confía, buen tiempo para plantear nuevas ideas.

TAURO
21 ABRIL - 20 MAYO

No dejes que tu carácter disminuya el diálogo con otras personas, es hora de que construyas más democráticamente desde tu casa y con tu comunidad. Atrévete a participar en espacios comunitarios y no tengas miedo de exponer tus ideas, te irá bien. Procura el bien común.

GÉMINIS
21 MAYO - 20 JUNIO

Has hecho el doble de lo que te proponías, aunque tú no lo hayas notado, tu esfuerzo hace de tu país un mejor lugar para vivir, no desmayes verás resultados pronto, los que te conocen saben de tu liderazgo.

CÁNCER
21 JUNIO - 20 JULIO

Tú has iniciado un camino importante en tu comunicación con otros y otras, tus ideas han hecho que otras personas puedan buscar su camino; dedícate tiempo a ti misma/o, sal de la rutina y ve por lo que quieres.

LEO
21 JULIO - 20 AGOSTO

La vida siempre te ha traído sorpresas unas buenas y otras que te han permitido crecer, sigue creyendo en ti, rodéate de líderes, se parte del cambio que quieres ver en ti. Si lo decretas se hará realidad, todos/as saben que el mundo necesita más ciudadanos/as como tú.

VIRGO
21 AGOSTO - 20 SEPTIEMBRE

Gracias a tu esfuerzo y constancia, este año brillarás por tu capacidad de generar acciones que te permitan compartir el conocimiento adquirido en los diferentes espacios de formación y fortalecimiento a otros.

LIBRA
21 SEPTIEMBRE - 20 OCTUBRE

La alineación de Saturno sobre el eje de la Tierra te potenciará la capacidad de analizar hacia dónde dirigir de mejor manera tus esfuerzos de incidir junto a tu colectiva, no te desespere, algo que te caracteriza es tu creatividad, úsala.

ESCORPIO
21 OCTUBRE - 20 NOVIEMBRE

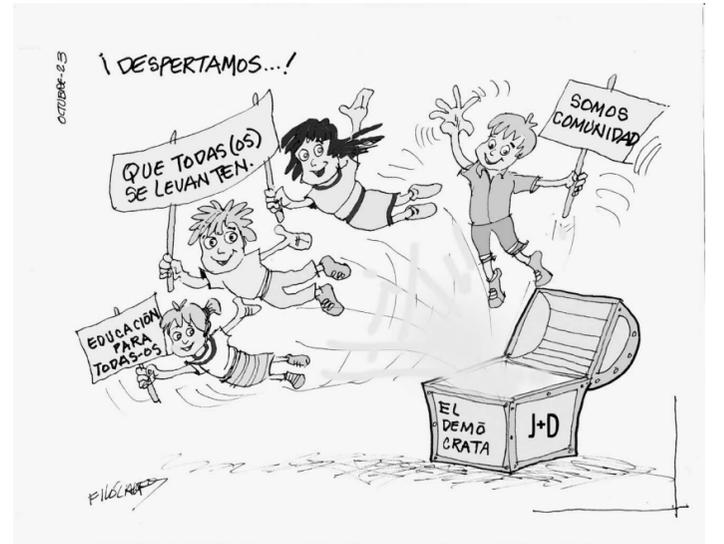
Eres una persona reservada; sin embargo, cuando haces amigos/as estos son para toda la vida. Tu apoyo en las causas por la justicia social está dando frutos, sigue construyendo el país que quieres. Tendrás éxito en el próximo paso de tu proyecto de vida.

SAGITARIO
21 NOVIEMBRE - 20 DICIEMBRE

Hoy es un buen día para empezar de nuevo, la educación es el camino para las mejores oportunidades; pero también para que puedas ayudar a las y los tuyos a progresar colectivamente. Crea colectividad y las oportunidades encontrarán tu camino.

CAPRICORNIO
21 DICIEMBRE - 20 ENERO

Ha enfrentado dificultades últimamente, cree que la vida te traerá tiempos mejores, esto se empezará a materializar cuando ayudes a otros/as, la solidaridad es el principio para sentirte mejor. El universo tiene energías positivas para ti, créelas y tómalas, “has el bien y no mires a quien”.



Doce Ajpu

Por **MACO JUÁREZ BATÉN**
Re Tinamit Iximulew, Junlajuj Kan,
Oxlajux Q'ani

INTERPRETACIÓN-SIGNIFICADO

Es la luz y representación del Abuelo Sol. Significa cerbatanero, cazador, tirador y caminante. Es el día de la fuerza corporal. Es el que trae luz y claridad a los seres humanos. Tiempo de Renovación y agradecimiento.

SENTIDO DEL DÍA

Las peticiones que puedes realizar este día son principalmente de sanación, sabiduría y fuerza: Día ideal para planificar y alcanzar metas, ofrendar a los abuelos y abuelas fallecidas, es una energía propicia para tratar enfermedades ya que se pide la vida y fuerza. En un día para pedir el triunfo del bien sobre el mal.

Animales que representan la energía del Ajpu es el mismo Ser Humano. Colores energéticos del Ajpu: Rojo y amarillo.

Y es así que ante la fuerza del cargador Kan, la energía del período Sej y el auspicio del 12 Ajpu como grupo de jóvenes agentes de cambio de diversos territorios de Iximulew plasmamos en este periódico las palabras, las voces escritas de muchas y muchos, con el objetivo de generar mayor participación, pensamiento crítico y dar a conocer desde nuestras miradas y perspectivas las diversas dinámicas que se dan en nuestros contextos, en torno a la construcción de la democracia y una sociedad más incluyente, de la que como juventudes buscamos ser parte. Y con ello seguir resistiendo y visibilizando la importancia de nuestra participación en dichos procesos.

LUZ Y CLARIDAD A LOS SERES HUMANOS Y SOBRE TODA LA HUMANIDAD, TIEMPO DE RENOVAR Y AGRADECER.

Netherlands Institute for
Multiparty Democracy

Instituto Holandés para la Democracia Multipartidaria

20 años contribuyendo a la construcción de la democracia inclusiva en Guatemala



Este periódico ha sido elaborado con el apoyo de:

