

Proyecto:  
Seguridad alimentaria  
nutricional ante  
el COVID-19







# Índice

Introducción .....	3
Impactos del proyecto .....	4
Inventario de plantas medicinales .....	10
Historias .....	16







## Introducción

En el actual contexto Covid-19, se hacen más grandes los desafíos en favor de la seguridad alimentaria y la salud preventiva de las familias más vulnerables. Por este motivo, se hace necesario que organizaciones como las nuestras se unan para enfrentar esta crisis. Compartimos esta memoria sobre los impactos más relevantes del proyecto, que muestran acciones en conjunto con el liderazgo de la juventud; ya que son el principal motor para enseñar y compartir con su comunidad.

El proyecto está dividido en tres componentes: El primero es **"Reproducción de plántulas medicinales y para el alimento seguro en vivero"**. Son plantas orgánicas, que se reproducirán a través de semilleros, esquejes e injertos, implementando abonos orgánicos para el buen manejo. El segundo es **"Valor agregado a plantas medicinales y aromáticas"**. Es importante para la conservación de los componentes del vegetal fresco por más tiempo. Para esto se realizarán procesos, tomando en cuenta la higiene y empaques adecuados. El tercero es **"Popularización y comercialización"**. Gracias al apoyo de la juventud en las comunidades y su conexión con personas mayores, se ha podido recolectar diferentes plantas y sus beneficios, ya que parte del objetivo de este componente es el rescate de conocimiento tradicional y educar a las personas sobre los beneficios de estas para la salud. Además se promueven y comercializan a través de diferentes espacios online.

El proyecto Seguridad alimentaria nutricional ante el Covid-19 es un importante paso, que sienta las bases para desarrollar cada una de las acciones ejecutadas con mayores alcances en los próximos años. Es decir, que al terminar el proyecto se pueda seguir fortaleciendo los sistemas alimentarios con enfoque nutricional, espacios de plantas medicinales y aumente la comercialización. Con esto estamos aportando nuestro granito de arena a los objetivos de desarrollo sostenible: #2 hambre cero, #3 salud y bienestar, #8 trabajo decente y crecimiento económico, y sobre todo el #17 que son las alianzas para lograr los objetivos.



# Impactos del Proyecto



Seguridad alimentaria  
nutricional ante  
el COVID-19







## Componente 1: Reproducción de plántulas medicinales y para el alimento seguro en vivero

**E**l área de vivero tiene disponibles: 30 variedades de plantas medicinales y 10 variedades de cultivos que contribuyen a una mejor nutrición. Totalizando 40 plántulas. Para lograr esto, fue necesario la compra de variedades vegetativas de plantas que tienen poco acceso en las comunidades y otra parte de las variedades, ha sido gracias al intercambio entre las y los jóvenes.

Reproducir y sensibilizar sobre la importancia de estas especies es indispensable para promover el consumo de alimentos sanos y nutritivos, que fortalecen nuestro sistema inmunario ante la presencia de agentes patógenos, como es el caso del virus SARS-CoV-2 que provoca la enfermedad COVID-19.

El contexto actual de pandemia realza la necesidad de implementar hábitos saludables, consumiendo productos alimenticios agroecológicos y retomando prácticas ancestrales como el consumo de infusiones de plantas medicinales. El intercambio con personas mayores de las comunidades también ha sido clave en la identificación y recolección de plantas alternativas para el alivio y prevención de enfermedades. El establecimiento de este vivero ha contribuido a la investigación sobre las propiedades medicinales y nutricionales de estas plantas.

Promover el cultivo y reproducción de especies medicinales, es necesario para reducir el riesgo de contraer enfermedades, especialmente en

el área rural, donde las familias no cuentan con ingresos suficientes para acceder a la medicina convencional. El vivero unido al conocimiento en el uso de estos productos, son claves para mejorar la salud de las personas.

Sabemos que, para garantizar una buena nutrición, la ingesta de vegetales es indispensable, porque aportan vitaminas y minerales, además que contribuyen al buen funcionamiento del sistema digestivo; sin embargo, -como en el caso del tomate- algunos son muy susceptibles a plagas y enfermedades, requiriendo el uso de agroquímicos para su control. Al implementarse la agricultura protegida se minimizan estos riesgos y la dependencia en el uso de químicos, de manera que no representan un peligro para la salud de las personas.

En las plantas medicinales y los productos alimenticios agroecológicos tenemos un potente aliado para mejorar nuestra salud y prevenir enfermedades.





## Componente 2: Deshidratado de plantas medicinales y aromáticas.

Los deshidratados son una alternativa de conservación para almacenar las plantas medicinales durante un buen lapso de tiempo en los hogares y que sea utilizados para el beneficio de la salud de las familias.

La razón más importante por la que secamos las hierbas es su conservación. Con este método se promueve el mantenimiento de los componentes del vegetal fresco y se evita la proliferación de microorganismos; a su vez es

atractivo para aspectos comerciales: la deshidratación debe realizarse en las mejores condiciones para que las hierbas no pierdan sus componentes nutricionales. La planta debe estar sana y debe conservar un porcentaje mínimo de agua.

En el proceso que se llevó a lo largo de este proyecto, le dimos valor agregado a la menta y al zacate de limón, ya que actualmente son las plantas en el vivero que se han reproducido más. Por esto mismo, se han deshidratado estas variedades en tres presentaciones. La primera presentación de 63 g, la segunda de 28 g en envases con tapaderas y 15 g en empaque, esta última siendo una alternativa más económica.



### Fases para deshidratar plantas medicinales

**Fase 1:** Después de cosechar es necesario lavar muy bien las plantas.

**Fase 2:** Colocamos las plantas en un deshidratador solar entre 2 a 3 días.

**Fase 3:** Empacamos en recipientes y sellamos muy bien.





## Componente 3: Popularización y comercialización

Las tecnologías son herramientas de gran potencial para llevar un mensaje a través de campañas online. Por esto mismo, se han creado vídeos e imágenes para promover las plantas medicinales y los beneficios que aportan a nuestra salud. Esto lo hemos realizado a través de canales de youtube y redes sociales como facebook. Gracias a estos espacios hemos podido **llegar a más de 855 personas.**

**Con respecto a la comercialización,** en Nicaragua existe una fuerte tradición en el uso de plantas medicinales y un creciente mercado en la venta de medicina natural alternativa, que es usado por habitantes rurales y del área urbana. Sin embargo hay desconocimiento de muchas plantas que no son tan comunes hoy en día y que con el tiempo

ha ido disminuyendo el uso de estas, a pesar de sus grandes bondades para nuestra salud. Por esto mismo es necesario el recate de muchas variedades. La comercialización de estos productos se hace a través de la página de facebook y en el catálogo del Clúster Nicaragua, para compartirlo con otras organizaciones. Los productos se comercializan de tres maneras: **El primero, venta de plantas en bolsa.** Con esto promoveremos el cultivo y reproducción de plantas medicinales en huertos rurales y urbanos de forma directa y a través de organizaciones. **El segundo, venta de deshidratados,** como una alternativa para conservar las plantas sin perder sus propiedades benéficas.



**El tercero, venta de productos frescos,** como: pipián, uchuva y tomate. Estos se cultivaron aplicando abonos orgánicos y la implementación de la agricultura tapada para reducir el uso de químicos en los rubros.

Todos estos productos se venden a nivel local, ya que el propósito es que las comunidades accedan a productos cercanos. No es solo vender, sino educar a las familias de los beneficios para la salud y las propiedades nutricionales que aportan estos cultivos.





## Conocimientos compartidos

Uno de nuestros impactos más cruciales, es la conexión de la juventud con los esfuerzos que se están haciendo en favor de compartir y enseñar a otras personas sobre la importancia de insertar sanos hábitos alimentarios y la implementación de plantas medicinales como parte de sus huertos de patios.

**Para lograr lo anterior se realizó de diferentes maneras:**

### 1- Talleres participativos

Se realizó un intercambio con la juventud, para compartir experiencias sobre diversidad productiva, cultivos no tradicionales como el rubro de uchuva, vivero de plantas medicinales y la importancia de implementar fertilizantes orgánicos para mejorar el suelo.

Gracias a estos talleres, las y los jóvenes se comprometieron a ampliar e

impulsar la iniciativa de un vivero de plantas medicinales, misma que ha ido creciendo gracias a la colaboración de los/as jóvenes; resaltando su importancia para la mejoría de la salud y prevención de enfermedades .

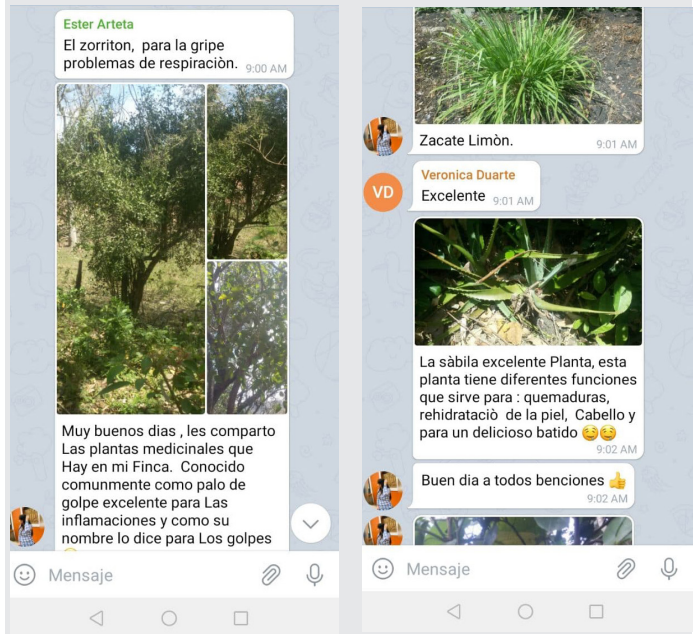
Además de lo anterior ellos/as están comprometidos con sus comunidades y les entusiasma poder retribuirle, promoviendo la seguridad alimentaria, la salud y conservación ambiental.





## 2- Reuniones virtuales

Se realizaron tres reuniones virtuales, que favorecieron en gran manera al seguimiento, para la recolección de plantas y variedades adecuadas que solo se encuentran en las comunidades, enriqueciendo de esta manera el vivero. También, se envió vídeos y otros materiales para que los/as jóvenes líderes compartieran con otras personas de su comunidad acerca de los beneficios que tienen las plantas medicinales para la salud.



Jóvenes compartiendo fotografías e información acerca de plantas medicinales de sus comunidades a través de Telegram.





# Inventario de plantas

Seguridad alimentaria  
nutricional ante  
el COVID-19

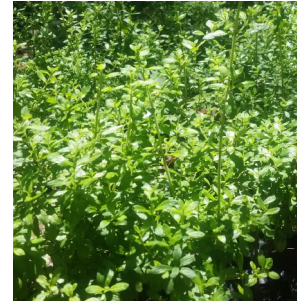




## Menta de arbusto

**Nombre científico:** *Satureja viminea*

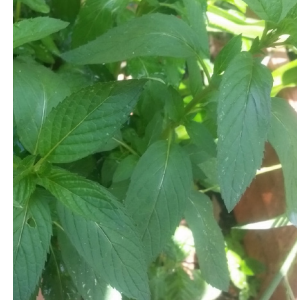
**Propiedades:** Se utiliza en infusiones para combatir cólicos y facilitar la digestión. También, se utiliza en baños relajantes, ya que, tiene propiedades tonificantes, antisépticas, anti-bacterianas y relajantes. Aporta vitamina A, B y C; así como: hierro, calcio, magnesio, entre otros.



## Menta piperita

**Nombre científico:** *Mentha x piperita*

**Propiedades:** De esta planta se extrae el mentol que se utiliza en la fabricación de medicamentos, dulces y otros productos. Se utiliza para descongestionar las vías respiratorias, mejorar la digestión y eliminar gases. Alivia dolores reumáticos, de cabeza y musculares. Es un remedio natural contra la diarrea. **Precaución:** No se recomienda usar durante el embarazo o la lactancia, ni en menores de 6 años.



## Zacate de Limón

**Nombre científico:** *Cymbopogon citratus*

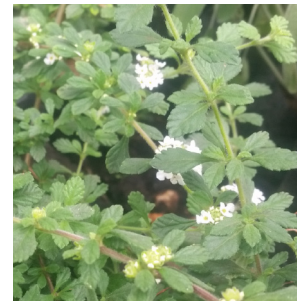
Es similar a otros tipos de zacate, pero con la diferencia, que sus hojas desprenden un agradable aroma a limón. **Propiedades:** La infusión se utiliza para estimular la digestión, ayuda a eliminar gases y alivia cólicos. Combate la acidez, estreñimiento, náuseas y vómitos. Es relajante, diurético, disminuye la fiebre y el dolor de cabeza. **Precaución:** No se recomienda usar durante el embarazo o la lactancia.



## Orégano menudo

**Nombre científico:** *Origanum vulgare*

**Propiedades:** Es digestivo y diurético. Se utiliza en el tratamiento de: Gripe, tos, bronquitis y asma. Contiene una gran cantidad de antioxidantes. Evita el desarrollo de parásitos intestinales. **Precaución:** Evitar en personas alérgicas al polen, mujeres embarazadas y lactantes.



## Zábila

**Nombre científico:** *Aloe vera L.*

**Propiedades:** Ayuda a cicatrizar heridas y en el tratamiento de quemaduras leves. Combate problemas digestivos. **Precaución:** Puede causar irritación, ardor o picazón en algunos tipos de piel. No aplicar en heridas profundas o quemaduras graves. No consumir durante el embarazo o lactancia.





## Ruda

**Nombre científico:** *Ruta graveolens*

**Propiedades:** Combatir dolores de oído . yuda a tranquilizar el sistema nervioso, por lo que, es efectiva contra el estrés y el insomnio. Reduce los dolores reumáticos. **Precaución:** No usar en caso de tomar fármacos para la circulación. Es abortiva, ¡No tomar durante el embarazo!



## Albahaca

**Nombre científico:** *Ocimum basilicum L.*

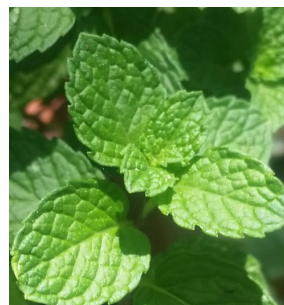
**Propiedades:** Ayuda a combatir náuseas, gases intestinales y disentería. Recomendada en casos de falta de apetito. Excelente para irritaciones en la piel. Ayuda a reducir los dolores de cabeza y disminuir la fiebre. Relaja los nervios y combatir el insomnio. **Precaución:** No se recomienda usar durante el embarazo o la lactancia.



## Hierbabuena

**Nombre científico:** *Mentha spicata*

**Propiedades:** Ayuda a combatir problemas digestivos como: Indigestión, gases, dolores y cólicos estomacales. Es efectiva contra el mal aliento. Es utilizada en el tratamiento de la gripe, resfriados, bronquitis y resfriados; ya que, ayuda a eliminar la mucosidad del cuerpo. **Precaución:** No se recomienda su uso en personas que presentan úlceras, acidez estomacal o problemas gastrointestinales. No se recomienda usar durante el embarazo.



## Jengibre

**Nombre científico:** *Zingiber officinal*

**Propiedades:** Tiene un efecto directo en el tracto gastrointestinal. Reduce náuseas y vómitos. Refuerza el sistema inmunitario, **siendo indicado para el tratamiento de gripes y resfriados.** **Precaución:** No se recomienda usar durante el embarazo o la lactancia. No se recomienda consumir, si se toma medicamentos contra la tensión.



## Llantén

**Nombre científico:** *Plantago major*

**Propiedades:** Es utilizada para tratar afecciones respiratorias, como: Gripes, resfriados, sinusitis, asma, etc. Alivia problemas digestivos como: Dolor de estómago, diarrea, gastritis y colon irritable. **Precaución:** Evitar durante el embarazo. Infusiones muy concentradas pueden producir un efecto que cause, que se baje la presión. Puede ser un potente laxante (purgante).





## Romero

**Nombre científico:** *Salvia rosmarinus*

**Propiedades:** Ayuda a mejorar la agilidad mental, previniendo efectos degenerativos. Alivia dolores de cabeza. Es eficaz en el tratamiento de enfermedades como: Colon irritable, diarrea y colitis. **Precaución**> No se recomienda en casos de estreñimiento, ni insomnio. Evitar durante el embarazo y en casos de stroenteritis.



## Tomillo

**Nombre Científico:** *Thymus vulgaris*

**Propiedades:** Destaca por ser un excelente remedio contra la tos y afecciones como: Bronquitis, dolores de garganta y asma. Estimula el sistema inmunitario, ayudando a incrementar las defensas naturales del organismo.. **Precaución:** Evitar en caso de embarazo o lactancia. Está contraindicado en casos de insuficiencia cardiaca y úlceras.



## Canela

**Nombre científico:** *Cinnamomum verum.*

**Propiedades:** Destacan sus propiedades digestivas, evita la intoxicación alimentaria, combate la diarrea y ayuda a para eliminar los gases y estimula ácidos gástricos, reduciendo el exceso de acidez. Ayuda a combatir enfermedades respiratorias como: bronquitis, tos y resfriados.**Precaución:** Está contraindicado durante el embarazo y la lactancia.



## Lavanda

**Nombre científico:** *Lavandula angustifolia*

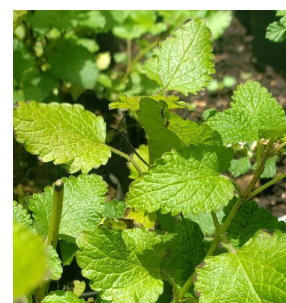
**Propiedades:** Antiinflamatoria y sedante. Anti-bacteriana y anti-vírica. Ayuda a aliviar los nervios y el estrés; así como el insomnio. Alivia la indigestión y gases. Es un buen remedio natural contra la hipertensión. **Precauciones:** Su uso excesivo puede ocasionar: Aumento del ritmo cardíaco. Problemas gastrointestinales, náuseas y vómitos.



## Melisa

**Nombre científico:** *Melissa officinalis*

**Propiedades:** Digestiva, ayuda a aliviar espasmos, vómitos, dolores de estómago y malas digestiones. Ayuda a tratar estados de estrés, insomnio y ansiedad. Alivia dolores como: Cabeza, menstruales, muelas y oído. **Precauciones:** Evitar el uso en personas con problemas mentales o que toman fármacos para tratar síntomas nerviosos. No usarse durante el embarazo o lactancia. Tomar con precaución, ya que produce somnolencia.





## Insulina

**Nombre científico:** *Costus Igneus*

**Propiedades:** Es una planta que tradicionalmente se ha utilizado en el tratamiento de la Diabetes tipo II, precisamente es por esto, que se le conoce como insulina y esto ha sido respaldado por estudios científicos. Se ha demostrado su efectividad para el control de la glucemia. **Precaución:** Aún es necesario que se realicen más estudios que demuestren la efectividad de esta planta.



## Altamiz

**Nombre científico:** *Ambrosia peruviana*

**Propiedades:** Analgésica, antiparasitaria, anti-convulsiva, antiséptica, emoliente, anti-bacteriana y calmante. Fortalece el sistema inmunitario. Es efectiva cuando hay ausencia de menstruación. Ayuda a normalizar desequilibrios hormonales. **Precauciones:** Contraindicado para mujeres embarazadas o durante el periodo de lactancia.



## Salvia

**Nombre científico:** *Salvia officinalis*

**Propiedades:** Expulsa flemas del organismo, tanto en forma de infusión como de inhalación, por lo que es recomendado en casos de bronquitis, rinitis o resfriados. Ayuda a reducir la fiebre y la tos. **Precaución:** Se recomienda no exceder el consumo de un vaso al día. Algunas contraindicaciones son: convulsiones y daños en el hígado.



## Pinienta

**Nombre científico:** *Piper nigrum L.*

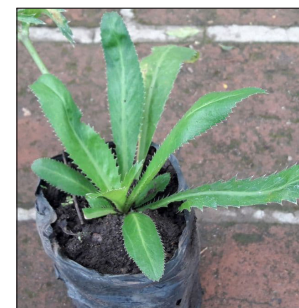
**Propiedades:** Es aperitiva y digestiva, aumenta la salivación y las secreciones gástricas. Ayuda en el caso de personas con digestiones lentas y para la eliminación de gases. Ayuda contra la hipertensión. **Precauciones:** Debe evitarse su uso excesivo, porque puede producir irritación o efectos adversos. No se recomienda su uso a personas con enfermedades intestinales.



## Achicoria

**Nombre científico:** *Cichorium intybus*

**Propiedades:** Tiene un alto contenido de inulina (hasta el 60% del peso seco de la raíz), por lo que, conduce a una disminución del azúcar en la sangre. Las preparaciones de achicoria ayudan a mejorar los procesos metabólicos en el cuerpo. **Precaución:** Esta planta no debe ser consumida en exceso en té o infusión. menos aún por aquellas personas que padezcan presión baja o con tendencia a sufrir anemias.





# Cultivos pro Alimentación



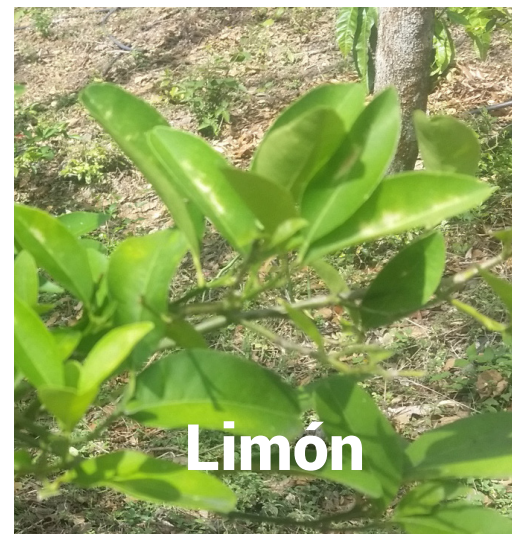
**Tomate**



**Mango**



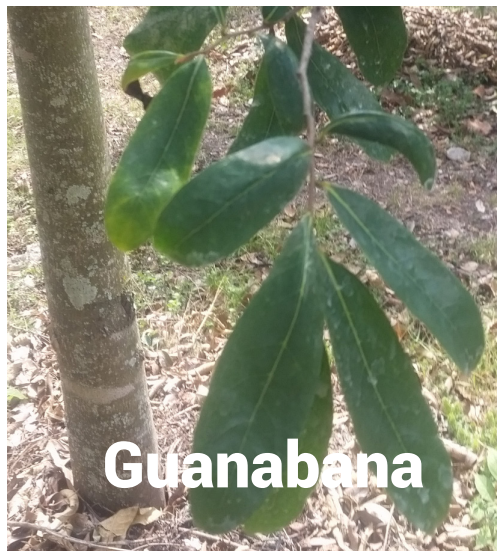
**Guayaba**



**Limón**



**Aguacate**



**Guanabana**



**Papaya**



**Maracuyá**



**Pitahaya**



**Pipián**



# Historias

Seguridad alimentaria  
nutricional ante  
el COVID-19





## Entrevista

# Verónica Judith Acuña Duarte

Mi nombre es **Verónica Judith Acuña Duarte**, vivo en una comunidad llamada **Los Llanos #2**, ubicada en el municipio de Pueblo Nuevo - Estelí. He sido productora desde los 15 años, mi abuelo fue quien me inspiró a seguir sus pasos, especialmente a continuar cultivando café -en asocio con banano y frutales- que se vende en oro.

Además del cultivo de café, he trabajado en el rubro de la caña para darle valor agregado y procesarla, como alimento para el ganado y en la elaboración de miel de caña. También, he aprendido a usar rastros combinados con melaza y sal, para convertirlos en comida para ganado durante la época seca.

Actualmente, estoy trabajando en: una parcela de pipián, reproducción de uchuva, tomate y cebolla. También, estoy estableciendo un vivero de plantas medicinales originarias de la comunidad como: zacate de pata de gallina, llantén, cola de alacrán, entre otras; cuyas propiedades medicinales sirven para tratar la fiebre, sarpullidos y desinflamar. Además, he incluido otras plantas como la insulina, que se utiliza en el tratamiento de la diabetes.

Para que esto fuera posible, fue necesario investigar con personas que viven en la comunidad y tienen conocimientos sobre plantas medicinales, para recopilar sus beneficios; de manera, que el vivero sirva para promover el uso de estas,



en la prevención y alivio de enfermedades. El vivero que se estableció y sigue ampliándose, es de vital importancia para la comunidad, ya que la mayoría de las personas desconoce los beneficios de estas plantas. A mí como dinamizadora, me gusta compartir con los demás estos conocimientos que hemos heredado de nuestros





abuelos; de esta manera, promuevo el consumo de plantas medicinales para la prevención de enfermedades y como alternativa de ahorro en la economía familiar. Por ejemplo, he aprendido que las semillas de naranja dulce secas pueden funcionar de igual manera, como el acetaminofén, para quitar el dolor de cabeza.

Cuando mi sobrino tenía 4 años y sufría ataques de neumonía, nosotros lo llevábamos al hospital y recuerdo que pasó internado por 8 días. Luego le dieron de alta, pero la neumonía persistía; así que, una señora de la comunidad nos recomendó hacerle vaporizaciones con raíz de chicoria y jengibre para limpiar los pulmones. Esto funcionó, porque ya casi ha pasado un año desde entonces

y no lo hemos llevado al hospital nuevamente. Cada vez que observamos que presenta síntomas de gripe, le hacemos la vaporización y ya no tiene complicaciones de neumonía. Por ese motivo, es importante transmitir estos conocimientos a la comunidad, para que las familias puedan beneficiarse de estas plantas.

Un impacto importante de este proyecto, son las alianzas con otros productores. En lo personal, me han compartido conocimientos acerca de cómo dar valor agregado al pipián, les he consultado si tengo dudas acerca de un cultivo en particular y además me han facilitado contactos para la comercialización.



## Entrevista

# José María Hoyes Salinas

Mi nombre es **José María Hoyes Salinas, soy de una comunidad llamada el Chagüitón** en el municipio de Pueblo Nuevo. He trabajado en producción de hortalizas, como tomate, pepino, además en cultivo de pipián, yuca y maíz.

Actualmente, estoy trabajando en producción de tomate, pipián y en el establecimiento de viveros de plantas medicinales como: Albahaca, menta, zacate de limón, ruda, insulina, entre otras... Tenemos aproximadamente unas 10 variedades de plantas y nuestro objetivo es continuar reproduciéndolas. Me motiva trabajar en el vivero, porque estamos hablando de plantas medicinales, que juegan un papel muy importante en la salud de las personas; ya que, ayudan en

el alivio y prevención de enfermedades. En nuestras comunidades rurales hay algunas personas que tienen conocimientos sobre el uso de algunas plantas medicinales, pero es necesario seguir promoviendo su cultivo y consumo con más familias.

Las alianzas con otros productores son muy importantes para mí, ya que nos permiten fortalecer conocimientos y experiencias. Además, de esta manera nos ayudamos mutuamente y creamos estrategias para vender productos.

La seguridad alimentaria es uno de nuestros principales objetivos. Con la producción de hortalizas y pipián, contribuimos a que las familias tengan acceso a una diversidad de alimentos, "Si



tenemos alimentación, tenemos salud", y a esto se suman las plantas medicinales, como una alternativa para mejorar la salud de las familias. Para que esto sea posible, estamos trabajando con tres jóvenes de diferentes comunidades y municipios, quienes han recolectado variedades de plantas medicinales que nosotros no tenemos





y las intercambiamos con las variedades disponibles. Pienso que he obtenido muchos conocimientos gracias a esta iniciativa, porque al trabajar día a día, en diferentes áreas como: Producción de hortalizas y establecimiento de viveros, mi experiencia ha ido creciendo cada día más. Gracias a esto, fortalezco mis conocimientos, colaboro con otros jóvenes que tienen problemas en algún cultivo y de manera conjunta compartimos ideas para seguir avanzando en nuestras metas.





**Soy Yesbell Flores**, informática de profesión, me gusta la tecnología e implementarla en diferentes áreas. Para mí hacer uso de la misma, no solamente tener una computadora en un escritorio, sino, que son diversas herramientas que podemos aplicar en diferentes áreas como: educación, producción agrícola, comunicación, entre otras; enlazándola con otras ciencias y facilitándonos la cercanía con las familias.

El principal objetivo con la sistematización y divulgación del proyecto, es sensibilizar a las personas sobre la importancia que tienen las plantas medicinales y cómo aplicarlas en su vida diaria, además de mostrar las diferentes propiedades nutricionales que tienen, con el fin de promover una alimentación más nutritiva. Este proyecto me ha enseñado que podemos conectar y hacer crecer nuestra comunidad virtual; ya que, a través de nuestras

redes hemos sensibilizado sobre: tips de agroecología, beneficios de algunas plantas, abonos, entre otros. La información que compartimos es amplia y de gran valor educativo, especialmente en el actual contexto Covid-19.

Hemos sostenido el vínculo con nuestras comunidades de incidencia a través de diferentes medios y redes sociales como: Facebook, Instagram y Youtube. Para ampliar nuestra comunidad virtual, hemos puesto en práctica el Marketing conversacional y Marketing de contenido.

Mediante el marketing conversacional queremos que nuestros seguidores y personas que interactúan con las páginas se sientan escuchadas. Es un marketing orientado a servir a las familias y a darle la información que necesita en el momento; en cambio el marketing de contenido es la creación y distribución de contenido relevante y valioso para atraer, ad-



quirir y llamar la atención de un público definido, con el objetivo de impulsar la comercialización de productos con valor agregado.

Nuestro objetivo es que las personas conozcan y sean partícipes de nuestras actividades, que se sientan libres de hacernos consultas o sugerirnos contenido... Nuestra finalidad es crecer juntos.





**Proyecto:  
Seguridad alimentaria  
nutricional ante  
el COVID-19**

