



COCINEMOS LIMPIO

USO SOSTENIBLE DE LEÑA EN ESTUFAS MEJORADAS

**TÚ ERES
IMPORTANTE
UNA PERSONA
CON DERECHOS
MERECES UNA
VIDA DIGNA**



A ti participante,

Harías lo que fuera necesario para darle a tu familia una mejor calidad de vida. De las decisiones que tú tomas depende muchas veces el bienestar de los tuyos. Por eso es importante que antes de tomar una decisión tengas a mano toda la información necesaria que te facilite esa tarea.

Con estas capacitaciones queremos proponerte que consideres sustituir tus fogones tradicionales -los que haz utilizado por muchos años- por las estufas mejoradas. Sabemos que no es sencillo hacer esto y por eso queremos orientarte. ¿Cómo? Compartiendo contigo información y conocimientos sobre las consecuencias que tiene en el medio ambiente, en tu economía familiar y en la salud de tu familia, el uso de estos fogones tradicionales y cuáles son las ventajas de las estufas mejoradas.

LA DECISIÓN ES TUYA.

**LO QUE
ASPIRAMOS**





LO QUE ASPIRAMOS

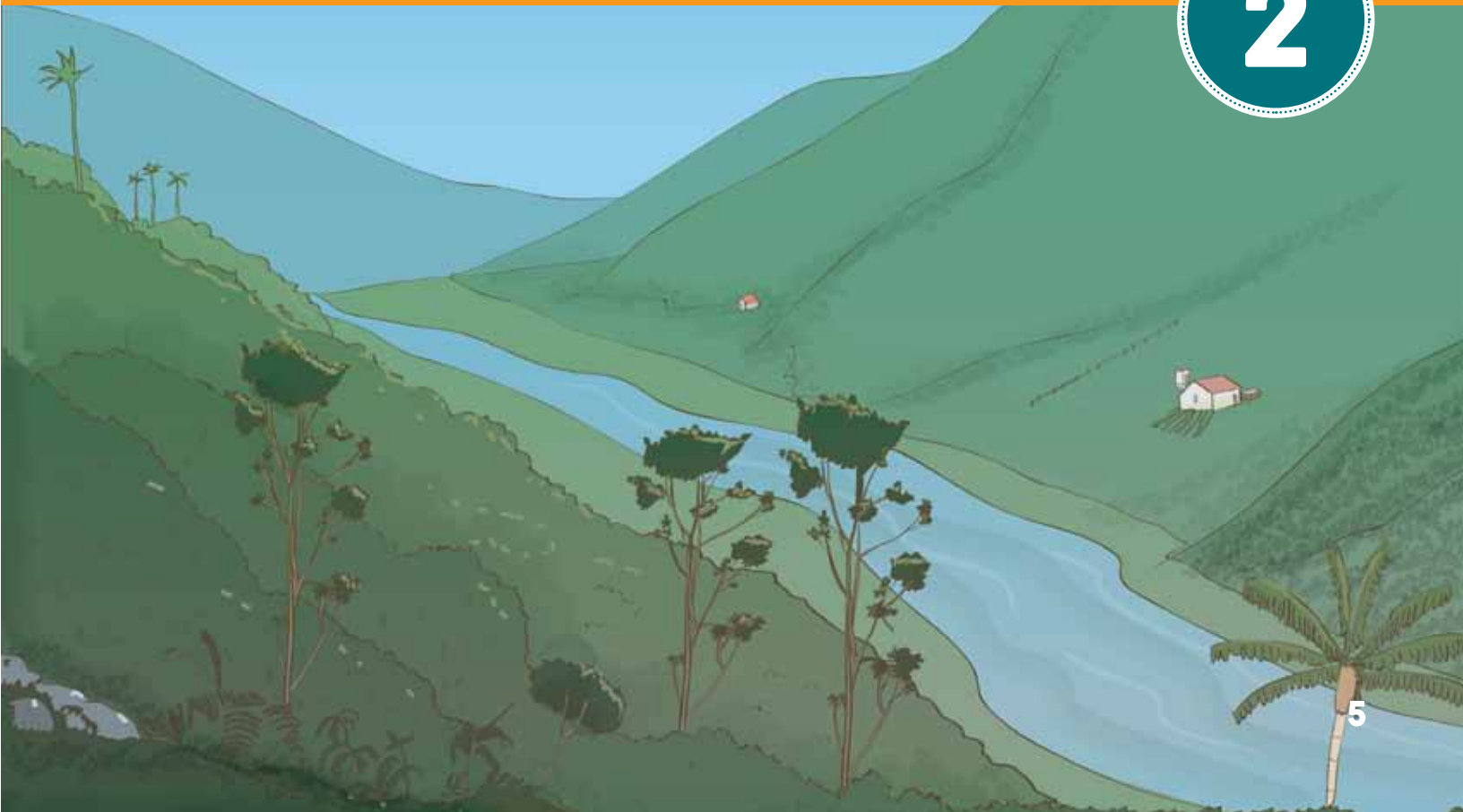
Un ambiente sano, una vivienda limpia, una familia feliz.

1

LO QUE ASPIRAMOS

Para vivir necesitamos de los bosques, la tierra, el agua y todos los recursos naturales.

2



5

6



LO QUE ASPIRAMOS

Podemos seguir utilizando la leña y proteger nuestros árboles al mismo tiempo.

3

EL HUMO Y LA SALUD



EL HUMO Y LA SALUD

El humo dentro de las viviendas ocasiona muchas enfermedades.

4

EL HUMO Y LA SALUD

Debido al humo, las infecciones respiratorias son comunes en los niños y niñas menores de 5 años.

5





EL HUMO Y LA SALUD

Las mujeres pueden enfermar de cáncer de pulmón y pecho por estar expuestas al humo.

6

EL HUMO Y LA SALUD

Al respirar las pequeñas partículas que genera el humo, nuestros pulmones enferman.

7



LOS PELIGROS DE LOS FOGONES TRADICIONALES

PELIGROS

Los niños y las mujeres pueden quemarse.

8





PELIGROS | Hay riesgo de incendios

9

PELIGROS

La mujer padece de dolores de cintura por cocinar agachada y cargar la leña.

10



LAS VENTAJAS DE LAS ESTUFAS MEJORADAS

VENTAJAS

Reducen la cantidad de humo del ambiente donde se preparan los alimentos.

11





VENTAJAS

Las mujeres pueden tener una cocina más bonita y limpia.

12

VENTAJAS

Los niños se enferman menos porque hay menos humo.

13



**VENTAJAS**

Gastamos menos en medicinas porque los niños enferman menos.

14

VENTAJAS

Ahorramos leña porque con una estufa mejorada la combustión es más eficiente.

15





VENTAJAS

Es más seguro y se puede cocinar en una mejor posición.

16

VENTAJAS

La casa está más limpia del hollín o polvo negro que el humo deposita en la superficie de las paredes, el techo y nuestra ropa.

17





VENTAJAS

Al bajar la demanda de leña para cocinar protegemos nuestros bosques.

18

VENTAJAS

Protegiendo nuestros bosques protegemos también el agua y evitamos que hayan deslizamientos y desprendimientos de suelos.

19





VENTAJAS

Al proteger nuestros bosques contribuimos a que el calentamiento del planeta se reduzca y hayan menos inundaciones y sequías.

20

VENTAJAS

La estufa mejorada es una inversión que vale la pena.

21



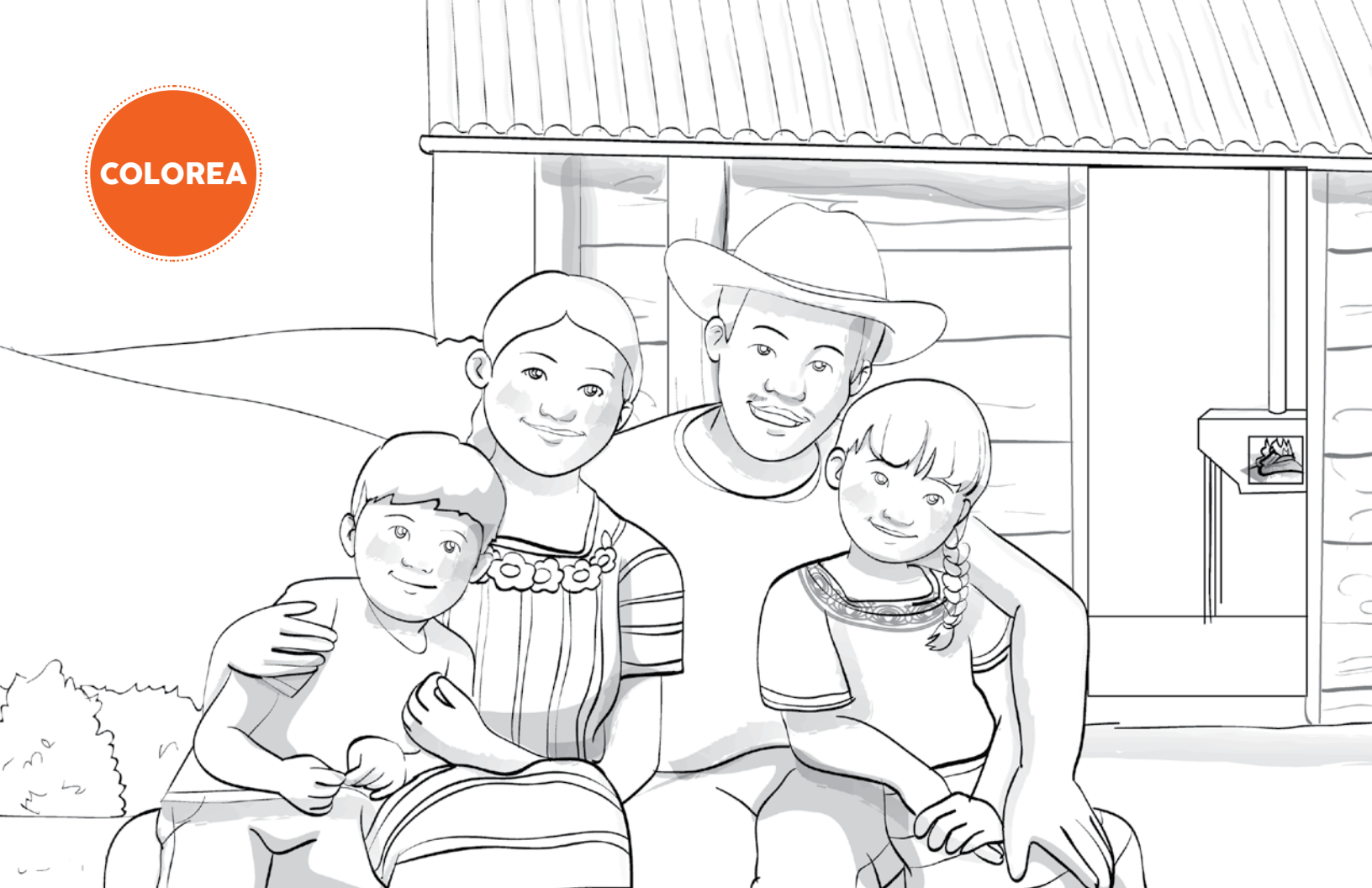
COLOREA



COLOREA



COLOREA



LA
DECISIÓN
ES TUYA.





COCINEMOS LIMPIO

Esta guía es posible gracias al apoyo del Pueblo de los Estados Unidos a través de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID). El contenido de esta guía es responsabilidad exclusiva del Ministerio de Energía y Minas, y la misma no necesariamente refleja la perspectiva de USAID ni del Gobierno de los Estados Unidos de América.

Con el apoyo de:



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA

**CLIMA, NATURALEZA
y COMUNIDADES
en Guatemala**



**Rainforest
Alliance**



**The Nature
Conservancy**
Conservando la naturaleza.
Protegiendo la vida.

