

más vida

revista 88



Salud en comunidad: Una nueva realidad en las zonas rurales de Estelí

LA NORIA: rueda por la participación, la solidaridad y la justicia ecosocial desde la creatividad

Redes que protegen: Comienza un nuevo proyecto contra la violencia intrafamiliar en Monte Plata



REVISTA MÁS VIDA

COORDINACIÓN Teresa Abadía

REDACCIÓN Teresa Abadía, Cillas Abadía,
Carmen Moral Alcalá

EDICIÓN-DISEÑO GRÁFICO Cristina Silván

DIRECCIÓN Cillas Abadía

FUNDACION MÁS VIDA

CENTRAL

Paseo Pamplona 1, 1º C. 50004 Zaragoza

TELÉFONO 976 23 90 44

E-MAIL masvida@fundacionmasvida.org

WEB www.fundacionmasvida.org

PRESIDENTE Ismael Agut Asensio

VICEPRESIDENTE Ángel Gómez Atarés

SECRETARIO Gerardo Castillo Mata

MÁS VIDA 88 | CALENDARIO



Abril Se desarrollarán en el IES Miguel Catalán de Zaragoza los talleres del proyecto "Soberanía alimentaria para el futuro: conciencia crítica y acción desde las aulas", una iniciativa de Educación para la Ciudadanía Global impulsada por Fundación Más Vida y financiado por el DGA tiene como objetivo sensibilizar al alumnado sobre la importancia de la soberanía alimentaria, el consumo responsable y la justicia climática.

Mayo Se llevarán a cabo los talleres del proyecto "La igualdad también se siembra: pequeños pueblos, grandes aulas. en tierras de garnacha, brota la educación que se transforma en justicia social". En el IES Juan de Lanuza de Borja., una iniciativa impulsada por Fundación Más Vida, financiado por la Diputación Provincial de Zaragoza para promover la igualdad de género y el empoderamiento de mujeres y niñas.

Junio Durante el último trimestre del curso se desarrollarán los talleres del proyecto Cultivando la Convivencia:Prevención del Acoso Escolar en el CEIP Mariano Castillo, en Villamayor de Gállego. Esta iniciativa impulsada por el departamento de Acción Social, tiene como objetivo crear un entorno educativo inclusivo, seguro y libre de violencia, fortaleciendo la convivencia escolar y promoviendo la integración en el ámbito rural.

EDITORIAL

La violencia intrafamiliar no comienza con un golpe. Comienza mucho antes: en el silencio, en la desigualdad normalizada, en el miedo que se hereda y en la falta de oportunidades para romper ciclos que parecen inevitables. Cuando hablamos de violencia contra mujeres, infancia y adolescencia, hablamos de una realidad estructural que atraviesa generaciones y que exige algo más que reacción: exige prevención.

Prevenir es actuar antes de que el daño sea irreversible. Es fortalecer a las comunidades para que sepan identificar las señales tempranas, acompañar a quienes sufren y construir entornos donde la violencia no encuentre espacio para crecer. Es transformar mentalidades, cuestionar estereotipos y promover relaciones basadas en el respeto, la corresponsabilidad y la igualdad.

En este número de nuestra revista compartimos el inicio del proyecto "Fortaleciendo redes comunitarias para la prevención de la violencia intrafamiliar contra mujeres, infancia y adolescencia en Monte Plata", en República Dominicana. Este proyecto nace de una convicción profunda: la protección no puede depender únicamente de las instituciones; debe estar arraigada en la comunidad. Allí donde viven las familias, donde crecen los niños y niñas, donde se construyen las primeras relaciones, es donde debemos sembrar una cultura de cuidado y derechos.

La prevención implica formación, sensibilización y coordinación. Implica trabajar con lideresas y líderes comunitarios, con docentes, con personal sanitario, con redes juveniles. Implica crear espacios seguros para hablar de lo que durante años ha permanecido oculto. Implica también reconocer que la violencia no es un asunto privado, sino una vulneración de derechos humanos que nos interpela como sociedad.

Desde Fundación Más Vida entendemos que no hay desarrollo posible si no garantizamos entornos libres de violencia. La pobreza, la exclusión y la falta de acceso a servicios de protección agravan el riesgo, especialmente en contextos rurales. Por eso apostamos por intervenciones integrales, sostenidas en el tiempo y construidas junto a las comunidades.

Cada taller, cada encuentro, cada red activada es un paso hacia una vida más digna para mujeres, niñas, niños y adolescentes. No se trata solo de prevenir el daño; se trata de promover relaciones justas, fortalecer la autoestima, generar oportunidades y construir esperanza.

Porque prevenir la violencia es, en esencia, defender la vida. Y esa es, y seguirá siendo, nuestra razón de ser. ●

Cillas Abadía
Directora Más Vida

Lunes – Comunidad La Montañita

Visitamos a 19 familias.

Los niños nos esperaban sentados en el suelo bajo el sol. Comenzamos con una lección sobre higiene bucal: los más pequeños reían mientras aprendían a usar el cepillo de dientes.

Controles realizados:

- 12 revisiones pediátricas
- 5 casos de diarrea aguda tratados con sales de rehidratación
- 6 niños vacunados (DTaP)

Distribución: kits de higiene (jabón, pasta y cepillo de dientes), vitamina A y hierro.

Martes – El Sontule

Realizamos una jornada educativa en el patio de la escuela. El tema: "Las manos limpias salvan vidas".

Usamos agua, jabón y un guante blanco para mostrar cómo se propagan las bacterias.

Una madre me abrazó y me dijo:

"Ahora entiendo por qué mi hija se enfermaba siempre."

Controles realizados:

- 3 mujeres embarazadas atendidas (control de presión y latido fetal)
- 2 personas mayores con diabetes (medición de glucosa)

Distribución: mosquiteras, antiparasitarios y folletos informativos ilustrados.

Miércoles – La Sandino

El viaje fue largo por caminos de tierra. Bajo un techo de madera improvisamos una pequeña clínica.

Los niños nos mostraron orgullosos cómo ahora se lavan los dientes "todos los días".

Controles realizados:

- 8 niños con infecciones cutáneas (entrega de antibiótico tópico)
- 2 casos sospechosos de anemia derivados al Centro Médico de Estelí

Distribución: pomadas, gasas, jeringas estériles y paracetamol.

Jueves – El Robledal

Uno de los días más conmovedores.

Una niña con fiebre alta, Alyson, fue trasladada por su hermano de 11 años.

Controles realizados:

- Diagnóstico: infección urinaria con tratamiento antibiótico completo
- Tratamiento antiparasitario para 22 niños

Distribución: tabletas de cloro y toallitas desinfectantes.

Viernes – Coordinación con el MINSA (Ministerio de Salud)

Hoy no estuve en una comunidad.

Pero trabajé para todas ellas.

Preparé nuevos materiales, reabastecí la mochila, envié los informes de cada comunidad y actualicé los registros sanitarios.

La salud se construye con constancia.

Gracias a ti, estas "Jornadas de Salud" están cambiando la forma de vivir y cuidarse en 36 comunidades.

Te he dibujado un pequeño mapa para mostrarte algunos de los lugares a los que hemos llegado. Pero todavía hay aldeas a las que no hemos podido llegar. Y allí nos están esperando.

Con tu ayuda podemos organizar muchas más semanas como esta.

Una donación en la primera parte del año nos permite planificar las intervenciones para el resto de 2026.

Cada visita que realizamos es una esperanza que camina.

Y esa esperanza, puede seguir caminando gracias a ti.

Con gratitud,

Maribel
Promotora de salud

P.D. En cada visita, incluso cuando estamos cansadas, sentimos una fuerza que nos sostiene. Es la tuya.

Querido/a socio/a:

Hoy te escribo yo, Maribel, promotora de salud en las comunidades rurales de Estelí.

Junto con los médicos, cada semana preparo mi mochila con todo lo necesario para proteger la salud de los más pequeños... y salgo en camino.

Recorremos kilómetros por caminos sin asfaltar para llevar atención médica, escucha y dignidad a aldeas lejanas, donde la pobreza no ha dejado ni siquiera un termómetro.

Quiero compartir contigo mi diario de la semana pasada.



HAZ TU DONATIVO

bizum 01360

976 23 90 44

Transferencia bancaria
ES89 2100 1869 17 0200052843



SALUD EN COMUNIDAD: UNA NUEVA REALIDAD EN LAS ZONAS RURALES DE ESTELÍ

De necesidad urgente a derecho garantizado

Durante años, muchas comunidades rurales del departamento de Estelí enfrentaban graves dificultades para acceder a medicamentos esenciales. Largas distancias, altos precios y escasa disponibilidad ponían en riesgo la salud de miles de personas.

Con el cierre del proyecto “Garantizar el acceso a medicamentos genéricos de calidad y de bajo costo de la población de 5 zonas rurales del Departamento de Estelí, Nicaragua”, esa situación ha comenzado a cambiar de forma tangible.

Gracias al apoyo del Ayuntamiento de Zaragoza y la colaboración entre Fundación Más Vida, Salud para Todos RL y el SILAIS Estelí, más de 2.700 personas han mejorado su acceso a tratamientos seguros, asequibles y cercanos.

Tres farmacias que fortalecen a las comunidades

En el marco del proyecto se instalaron ventas sociales de medicamentos en las comunidades de La Montañita, El Robledal y La Sandino. Estos puntos de acceso están gestionados por las propias comunidades, permitiendo una atención cercana, continua y adaptada a sus necesidades.

El impacto ha sido claro: más acceso, menos gasto y una atención más digna, especialmente para personas mayores, mujeres y familias con niños pequeños.

Educación para una salud sostenible

Además de distribuir medicamentos, el proyecto ha formado a promotores de salud comunitarios, fortaleciendo una red local que orienta sobre el uso correcto de los tratamientos y promueve el cuidado preventivo.

Este enfoque integral ha consolidado una cultura comunitaria de salud basada en la responsabilidad compartida, el conocimiento local y la confianza.

Un modelo que deja huella

Este proyecto contribuye directamente al cumplimiento del ODS 3 – Salud y Bienestar, y es una muestra concreta de cómo la cooperación puede generar soluciones duraderas, especialmente cuando se basa en la participación de las comunidades.

Gracias al **Ayuntamiento de Zaragoza**, este modelo ha sido posible y queda ahora como referencia para futuras intervenciones en salud rural

REDES QUE PROTEGEN: COMIENZA UN NUEVO PROYECTO CONTRA LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR EN MONTE PLATA

En este primer trimestre de 2026, Fundación Más Vida ha iniciado en República Dominicana el proyecto “Fortaleciendo redes comunitarias para la prevención de la violencia intrafamiliar contra mujeres, infancia y adolescencia en Monte Plata”, con el apoyo del Ayuntamiento de Zaragoza.

La iniciativa busca dar respuesta a una realidad urgente: la persistencia de la violencia en el ámbito familiar, una problemática estructural que afecta de forma grave a las mujeres, niñas, niños y adolescentes, especialmente en zonas rurales con altos niveles de pobreza y escaso acceso a servicios de protección.

Una intervención comunitaria desde el enfoque de derechos

El proyecto se desarrolla en comunidades rurales de la provincia de Monte Plata, donde los niveles de violencia intrafamiliar y de género son alarmantes y, en muchos casos, invisibilizados. Ante esta situación, el objetivo es claro: fortalecer las capacidades comunitarias para prevenir, detectar y actuar ante situaciones de violencia.

La propuesta parte de una lógica de intervención local articulada, que involucra a familias, centros educativos, personal sanitario, asociaciones comunitarias y redes juveniles, con el fin de generar una respuesta colectiva y sostenida en el tiempo.

Acciones clave para un entorno protector

Durante el año 2026, el proyecto contempla:

- Talleres formativos con líderes y lideresas comunitarias sobre prevención de la violencia, derechos humanos, enfoque de género y protección infantil.
- Espacios de sensibilización y reflexión en centros educativos con participación de docentes, alumnado y familias.
- Activación de redes locales de apoyo y derivación, en coordinación con servicios sociales, centros de salud y estructuras municipales.
- Reforzamiento de la labor de acompañamiento comunitario a través del trabajo con promotoras sociales y agentes locales de protección.

Todas las actividades están diseñadas desde un enfoque participativo y adaptado al contexto sociocultural de las comunidades rurales dominicanas.



En el Centro de Salud impartiendo una minicharla sobre "La autoestima" con los pacientes del centro.

Una alianza con experiencia en el territorio

El proyecto se ejecuta en coordinación con el Centro de Investigación y Apoyo Cultural (CIAC), una organización con más de 25 años de presencia en Monte Plata, especializada en intervención comunitaria, formación en derechos humanos y prevención de la violencia.

Esta colaboración garantiza que el trabajo no solo tenga impacto inmediato, sino que se consolide como parte de una estrategia local de largo plazo, con la participación activa de las comunidades.

Desde Fundación Más Vida, este nuevo proyecto reafirma el compromiso con los derechos de las mujeres, la infancia y la adolescencia, y con el impulso de entornos seguros, equitativos y libres de violencia.



LA NORIA: RUEDA POR LA PARTICIPACIÓN, LA SOLIDARIDAD Y LA JUSTICIA ECOSOCIAL DESDE LA CREATIVIDAD

En el barrio de Las Fuentes, en Zaragoza, algo está cambiando. La juventud ha decidido no quedarse al margen de los grandes retos sociales y ambientales de nuestro tiempo. Ha decidido organizarse, reflexionar y actuar. Ese movimiento tiene nombre propio: “LA NORIA: rueda por la participación, la solidaridad y la justicia ecosocial desde la creatividad”.

Este proyecto de Educación para la Ciudadanía Global, impulsado por Fundación Más Vida, nace con una convicción clara: la justicia ecosocial no es un concepto abstracto, es una práctica cotidiana que empieza en el barrio, en la mesa, en la calle y en la forma en que nos relacionamos con nuestro entorno.

LA NORIA está financiada por el Ayuntamiento de Zaragoza, desde su Oficina de Cooperación al Desarrollo, dentro de la partida económica del proyecto europeo GEAR UP (Unión Europea), dirigido a jóvenes de entre 15 y 30 años. Gracias a este respaldo institucional, la juventud de Las Fuentes ha podido iniciar un proceso transformador que ya ha completado su "Primera Vuelta" y se prepara para la siguiente.

PRIMERA VUELTA: REPENSAR LO QUE COMEMOS PARA TRANSFORMAR EL MUNDO

La primera fase del proyecto comenzó en el entorno digital con una serie de talleres online liderados por Biela y Tierra, referentes en soberanía alimentaria y mundo rural. Sus sesiones permitieron a las y los jóvenes comprender la interdependencia global que existe detrás de cada alimento que llega a nuestra mesa.

¿Qué impacto tiene nuestra forma de consumir?

¿Quién produce lo que comemos?

¿Qué consecuencias sociales y ambientales genera nuestro modelo alimentario?

Estas preguntas abrieron un proceso de reflexión profunda. Junto a Biela y Tierra y Recreando Estudio —responsables del diseño metodológico y creativo— se conformó un equipo motor que acompañó a la juventud en este viaje hacia una conciencia crítica y comprometida.

CREATIVIDAD Y ACCIÓN EN EL CORAZÓN DE LAS FUENTES

Tras la fase teórica, la reflexión dio paso a la acción. El 21 de febrero, el Espacio Joven del Centro Cívico Salvador Allende se convirtió en un laboratorio de creatividad y pensamiento crítico.

De la mano de la artista Noemí Calvo, las y los participantes transformaron sus aprendizajes en expresiones artísticas colectivas bajo el lema: "¿Cuánto giran los platos en nuestra mesa?".

El arte permitió traducir conceptos complejos en emociones, imágenes y mensajes compartidos. La sostenibilidad dejó de ser una palabra técnica para convertirse en una experiencia tangible.

COHERENCIA Y SOSTENIBILIDAD TAMBIÉN EN LA GESTIÓN

En coherencia con los principios del decrecimiento y la responsabilidad ambiental, el proyecto ha apostado por una gestión eficiente de los recursos. Tras la adecuación presupuestaria al importe finalmente concedido (15.000 euros), se ha optado por concentrar la intervención en el barrio de Las



Fuentes, priorizando la profundidad del impacto frente a la amplitud territorial.

Esta reformulación no ha supuesto una renuncia a los objetivos, sino un redimensionamiento estratégico que mantiene intactos sus ejes fundamentales: participación juvenil, justicia ecosocial y sostenibilidad.

La decisión más simbólica ha sido transformar el evento final. En lugar de una exposición estática, se ha apostado por una experiencia viva: un paseo en bicicleta por el barrio y una degustación de productos locales.

Porque la justicia ecosocial no se exhibe: **se practica, se pedalea y se comparte.**

SEGUNDA VUELTA: MOVILIDAD SOSTENIBLE Y DERECHO A LA CIUDAD

Si la primera vuelta miró al plato, la segunda mira a la calle.

Entre abril y mayo, LA NORIA aborda la movilidad sostenible desde una perspectiva de derechos, equidad y justicia ecosocial. Bajo la premisa de que movernos es una acción política, el proyecto invita a la juventud a analizar cómo el diseño urbano influye en su salud, su libertad y su calidad de vida.

LA MOVILIDAD COMO CUIDADO

Siguiendo el enfoque de Biela y Tierra, caminar o desplazarse en bicicleta no es solo una alternativa ecológica, sino una forma de soberanía y conexión comunitaria. Movernos a escala humana nos permite recuperar los ritmos que el planeta puede sostener.

REIVINDICAR EL ESPACIO PÚBLICO

Desde la mirada creativa de Recreando Estudio, las calles se entienden como espacios de convivencia y encuentro. El grupo analizará los "puntos negros" del barrio de Las Fuentes y propondrá soluciones desde la mirada joven, priorizando a las personas frente al asfalto.

JUSTICIA ECOSOCIAL Y GÉNERO

La movilidad no es neutra. Mujeres y jóvenes suelen desplazarse de forma más sostenible, pero también sufren con mayor intensidad la inseguridad o la contaminación. Incorporar la perspectiva de género permite diseñar un modelo de movilidad más justo e inclusivo.

UN CIERRE ABIERTO AL BARRIO Y A LAS INSTITUCIONES

El encuentro final en mayo será un espacio de celebración y participación comunitaria:

- Narrativas del proceso: las y los jóvenes compartirán sus aprendizajes y propuestas.
- Paseo en bicicleta por Las Fuentes como acto simbólico de reivindicación.
- Degustación de productos locales, conectando movilidad y alimentación sostenible.
- Evaluación participativa junto a responsables de la Oficina de Cooperación al Desarrollo.

El proyecto concluirá en junio con una reunión técnica del equipo motor —Fundación Más Vida, Biela y Tierra y Recreando Estudio— para sistematizar resultados y evaluar el impacto dentro del marco del proyecto europeo GEAR UP.

JUVENTUD QUE CONSTRUYE FUTURO

LA NORIA demuestra que la participación juvenil no es una promesa vacía. Es una realidad cuando se crean espacios seguros, creativos y acompañados para la reflexión y la acción.

Desde Las Fuentes, la juventud está liderando un proceso que conecta lo local con lo global, lo cotidiano con lo estructural, el arte con la política.

Porque cada vuelta de esta noria no solo gira, **transforma.**



"UNA VIDA MÁS PLENA"

#LegadosMásVida

#VidasTransformadas

Contacta con
Teresa Abadía
Responsable de los
Testamentos Solidarios



CONTACTO

+34-976-23-90-44



teresaabadia@fundacionmasvida.org



www.fundacionmasvida.org

CUALQUIER AYUDA
POR PEQUEÑA QUE SEA
CONTRIBUYE A MEJORAR
LA VIDA DE
ESTAS FAMILIAS