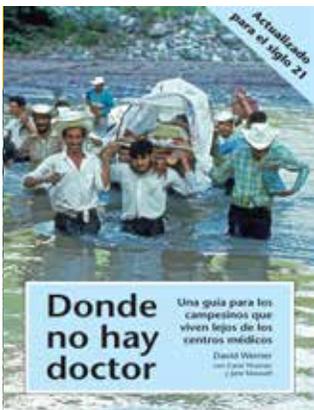


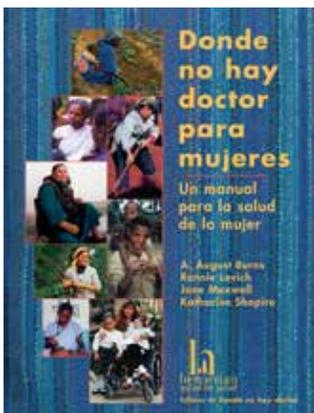
**Usted hace la diferencia.  
¡Gracias por compartir los libros de Hesperian!**

Tiene en sus manos un libro de Hesperian guías de salud que le ayudará en su trabajo a favor de la salud comunitaria, y para ampliar conocimientos que enriquecen el buen trabajo ya en marcha o por arrancar. Para facilitar su uso, sugerimos los siguientes pasos para cada libro:



## Donde no hay doctor

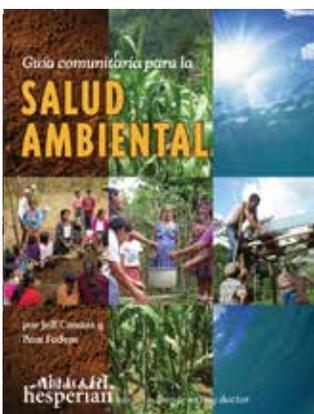
- Al abrir el libro verá “Cómo usar este libro” que describe las secciones del libro, como el listado de capítulos, el índice y la sección de medicinas.
- Lea la **“Introducción”** para conocer la historia del libro y más sobre la salud como un derecho que todas las personas merecen.
- Lea **“Palabras a los trabajadores de salud rural.”** Las páginas **t10** y **t11** dan pautas para que la comunidad identifique sus propias necesidades de salud.
- Lea **“Cómo aprovechar este libro al máximo”** en la página **t28**.



## Donde no hay doctor para mujeres

- Lea **“La salud de la mujer está en sus manos”** en el interior de la carátula.
- Lea al principio **“Algunos comentarios sobre este libro”** y **“Cómo utilizar este libro.”**
- El primer capítulo **“La salud de la mujer es un asunto comunitario,”** ofrece ideas para iniciar el tipo de conversaciones y planes que pueden tener las mujeres y niñas para mejorar la salud.

*El libro tiene ideas muy prácticas sobre cómo cuidarse en el embarazo.*



## Guía comunitaria para la salud ambiental

- Lea el primer capítulo **“La promoción de la salud ambiental comunitaria”** para comprender cómo el libro aborda la relación entre el medio ambiente y la salud.
- La sección **“Actividades para fomentar la organización comunitaria”** en el capítulo 2, incluye ideas para trabajar en conjunto con el fin de mejorar la salud ambiental.

**Hesperian – Guías de salud** es una organización sin fines de lucro que desarrolla materiales para tomar acciones hacia una mejor salud. Hechos en colaboración con y para las y los promotores de salud comunitarios, los guías ofrecen información para curar enfermedades y luchar contra las injusticias sociales que causa la mala salud.

## En general

- **Mientras más conozca el contenido de los libros**, más fácil le será usarlos y adaptarlos.
- **Cada comunidad tiene diferentes enfermedades, medicinas, comidas y costumbres.** Escoja y adapte la información e ideas que sean más útiles y relevantes al contexto en el que se encuentre.

Me gusta la parte donde se muestra cómo las mujeres resolvieron su problema con la clínica.



## En Hesperian – Guías de salud, aprendemos de todas las personas que usan nuestros libros



Por favor, escribanos a [hesperian@hesperian.org](mailto:hesperian@hesperian.org) para hacernos saber cómo han utilizado estos libros, lo que se les hizo más útil y cómo podemos mejorarlos aún más.



la  
hesperian  
guías de salud

1919 Addison St. #304 • Berkeley, CA 94704 USA  
tel: 1-510-845-4507 • fax: 1-510-845-0539  
toll free in the USA: 1-888-729-1796

[espanol.hesperian.org](http://espanol.hesperian.org)  
[bookorders@hesperian.org](mailto:bookorders@hesperian.org)  
[info@hesperian.org](mailto:info@hesperian.org)