BIENESTAR FAMILIAR	**MODALIDAD** **1000 días para cambiar el mundo** **CONTRATO No 066 DE 2022**	nu3 alimenta cuerpo y alma

ASISTENCIA TECNICA SOBRE HIGIENE Y MANIPULACION DE ALIMENTOS

UNIDAD DE SERVICIO:	INIRÍDA
FECHA Y HORA:	07 de julio del 2023
LUGAR:	Oficina de la UDS Inírida
OBJETIVO DEL ENCUENTRO:	Brindar conocimientos sobre las prácticas adecuadas de higiene y manipulación de alimentos en el hogar. Asimismo, sensibilizando a los beneficiarios sobre la importancia de seguir las pautas de seguridad alimentaria.

1. AGENDA

- Bienvenida
- Socialización de los objetivos de la actividad
- Socialización de la actividad programada
- Preguntas y respuestas
- Conclusión
- Agradecimientos por la participación

2. DESARROLLO

- **Bienvenida**

El día 07/07/2023, se inició la asistencia técnica con la participación del talento humano de la (UDS) Inírida. Durante la sesión, se llevó a cabo la presentación individual de cada participante, entre ellos Clara Marcela Serna, Olga lucia Barrera, Cesar Armando Gestores Comunitarios, Lizbeth Tatiana Quesada Psicosocial, Jhon Jairon Sanez Auxiliar de Enfermería y la profesional nutricionista Amalia Rios, encargada de brindar la temática sobre la Higiene y Manipulación de alimentos.

Fotografía N°1. *Presentación y socialización sobre Higiene y manipulación de alimentos.*



Fuente: *Proyección de diapositivas elaboradas, Amalia Rios, Profesional en nutrición. (UDS) Inírida*

- **Socialización de los objetivos de la actividad**

Como primera medida, se socializo el objetivo de la temática impartida, el cual es brindar conocimientos sobre las prácticas adecuadas de higiene y manipulación de alimentos en el hogar. Asimismo, sensibilizando a los beneficiarios sobre la importancia de seguir las pautas de seguridad alimentaria.

- **Socialización de la actividad programada.**

La socialización contó con la participación de un equipo interdisciplinario y se destacó la importancia de la participación de todos los involucrados. Resaltando el trabajo en equipo, ya que es fue fundamental para lograr los objetivos propuestos y fomentar la sensibilización de los beneficiarios en cuanto a las prácticas de higiene y manipulación de alimentos. De igual forma, se menciona que por medio del apoyo de cada uno se puede logar la participación y generar mayor concientización sobre la adecuada inocuidad de los alimentos en el hogar, tanto para la familia del beneficiario, amigo o vecino, incluso para nosotros que estamos en contacto en nuestros hogares resaltando preparación de alimentos.

Durante la socialización, se resaltó la necesidad de promover buenas prácticas de higiene y manipulación de alimentos para prevenir enfermedades transmitidas por alimentos y garantizar la seguridad y calidad de los alimentos en el hogar. Se presentaron los principales objetivos de la asistencia técnica, los cuales consistían en brindar conocimientos sobre las prácticas adecuadas, sensibilizar a los beneficiarios, promover la participación activa y fortalecer la capacidad de identificar y prevenir riesgos relacionados con la higiene y manipulación de alimentos.

Resaltando que la higiene y manipulación de alimentos hace referencia a las prácticas y medidas que se deben seguir para garantizar la seguridad y calidad de los alimentos que se preparan y consumen. Estas prácticas incluyen la adecuada limpieza de los alimentos, utensilios y superficies de trabajo, así como el cumplimiento de las normas de higiene personal. La higiene alimentaria abarca aspectos como el lavado adecuado de frutas y verduras, la correcta refrigeración de alimentos perecederos, la cocción suficiente de carnes y productos animales, y el control de la temperatura de almacenamiento de los alimentos.

Por otro lado, la manipulación segura de alimentos implica evitar la contaminación cruzada, es decir, evitar que los microorganismos patógenos se transfieran de un alimento a otro. Esto se logra mediante la separación de alimentos crudos y cocidos, la utilización de utensilios y tablas de corte diferentes, y la limpieza constante de las superficies de trabajo.

Mediante la proyección de diapositivas, se llevó a cabo la socialización sobre los tipos de contaminantes que existen, resaltando los más frecuentes: físicos, químicos y biológicos. Durante la presentación, se detallaron cada uno de estos tipos de contaminantes y se proporcionaron ejemplos concretos para una mejor comprensión. A continuación, se resumen los puntos clave abordados en la socialización:

- ***Contaminantes físicos:*** Se explicó que los contaminantes físicos son objetos o partículas extrañas que pueden encontrarse en los alimentos y representar un riesgo para la salud. Algunos ejemplos comunes incluyen fragmentos de vidrio, metal, plástico, cabello y restos de insectos.

- En cuanto a los ***contaminantes químicos***, se mencionó la presencia de sustancias tóxicas en los alimentos, como pesticidas, aditivos artificiales, metales pesados y residuos de productos químicos utilizados durante el cultivo o procesamiento de alimentos. Se resaltó la necesidad de seleccionar alimentos frescos y de calidad, así como de leer y comprender las etiquetas de los productos para evitar la ingesta de sustancias perjudiciales.

- Por otro lado, se abordaron los ***contaminantes biológicos***, que incluyen bacterias, virus, parásitos y otros microorganismos que pueden provocar enfermedades transmitidas por alimentos. Se hizo énfasis en la importancia de mantener una adecuada higiene personal, como lavarse las manos correctamente, así como manipular y almacenar los alimentos de manera segura para prevenir la proliferación de microorganismos.

Fotografía N°2. *Socialización sobre las etapas del desarrollo.*



Fuente: Proyección de diapositivas elaboradas, Amalia Rios, Profesional en nutrición.

(UDS) Inírida

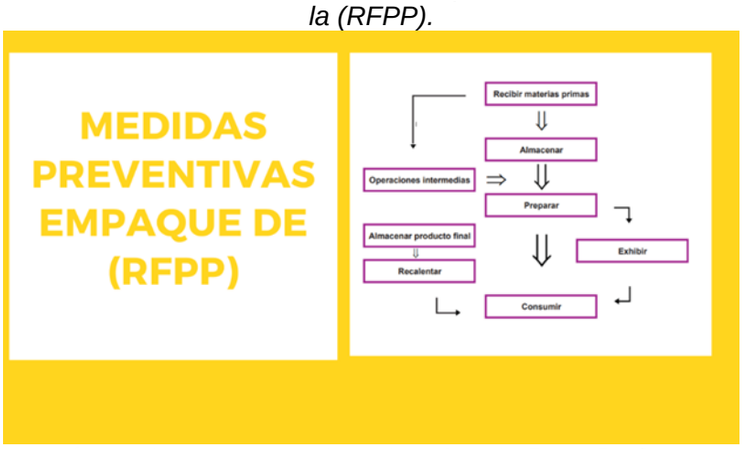
Destacando la importancia de la adecuada manipulación de los alimentos que integran la (RFPP), se dan a conocer las medidas preventivas sobre el almacenamiento de la ración familiar para preparar son fundamentales para garantizar la calidad y seguridad de los alimentos. A continuación, se presentan algunas recomendaciones importantes:

- **Almacenamiento adecuado:** Es esencial almacenar los alimentos en un lugar fresco, seco y limpio, lejos de la luz solar directa y de fuentes de calor. Se deben evitar áreas propensas a la humedad o a la presencia de plagas.

- **Rotación de alimentos**: Se debe implementar el sistema de "primero en entrar, primero en salir" (FIFO, por sus siglas en inglés) para asegurar que los alimentos más antiguos se utilicen primero. Esto evita que los alimentos se echen a perder y se minimiza el desperdicio.

- **Etiquetado y fechas de caducidad**: Es importante etiquetar los alimentos con su nombre y la fecha de compra o de caducidad, especialmente aquellos que vienen en envases abiertos. Esto ayuda a recordar cuándo se adquirieron y cuánto tiempo llevan almacenados.

Fotografía N°3. *Socialización sobre las medidas preventivas del almacenamiento de la (RFPP).*



Fuente*: Proyección de diapositivas elaboradas, Amalia Rios, Profesional en nutrición. (UDS) Inírida*

Se hizo énfasis en la aplicación de los conocimientos adquiridos en la vida diaria de los beneficiarios. Se motivó a los participantes a convertirse en agentes de cambio, transmitiendo y compartiendo los conocimientos sobre higiene y manipulación de alimentos en sus comunidades. De esta manera, se buscó generar un impacto positivo en el entorno y promover prácticas saludables a nivel comunitario.

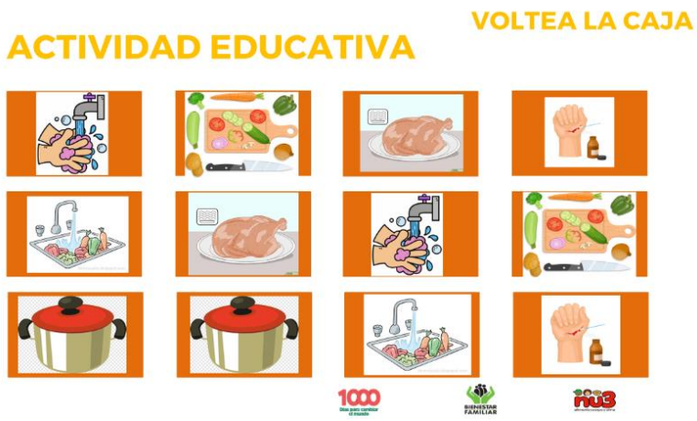
Además, como parte del esfuerzo por fortalecer la participación de los padres de familia y la comunidad en general, se llevará a cabo la creación de una caja de herramientas didácticas bajo el nombre ***"Voltea la Caja y Me Verás".*** Por medio de esta herramienta, la cual, contendrá una variedad de recursos visuales y didácticos que representarán de manera lúdica y educativa las prácticas de higiene y manipulación adecuadas de los alimentos. Por ejemplo, se incluirán imágenes alusivas a las tapas de las ollas, recordando la importancia de cubrir los recipientes de cocción para evitar la contaminación de los alimentos. También se incorporarán imágenes que muestren el proceso de lavado de manos antes y después de tocar los alimentos, resaltando la relevancia de este hábito para prevenir la propagación de bacterias y enfermedades.

La idea principal detrás de esta caja de herramientas es fomentar la participación activa y el aprendizaje significativo. Los beneficiarios podrán interactuar con las imágenes y utilizarlas como guía para reforzar los conocimientos adquiridos durante las actividades de capacitación. Además, se promoverá el juego y la búsqueda de las mismas imágenes alusivas en diferentes contextos, lo que permitirá la aplicación práctica de los conceptos aprendidos.

La caja de herramientas "Voltea la Caja y Me Verás" se distribuirá en las comunidades atendidas, y se organizarán sesiones de trabajo en grupo para utilizar los recursos didácticos de manera efectiva. Estas actividades permitirán a los padres de familia y a la comunidad en general fortalecer sus conocimientos sobre la higiene y manipulación de alimentos, al mismo tiempo que fomentarán la interacción y la participación activa de todos los involucrados.

Se presento el material educativo ha realizar por todos, para implementación y utilización durante la actividad educativa. (***"Voltea la Caja y Me Verás".)***

Fotografía N°4*. Socialización sobre la elaboración del material educativo.*



Fuente: *Proyección de diapositivas elaboradas, Amalia Rios, Profesional en nutrición. (UDS) Inírida*

- **Preguntas y respuestas**

Los asistentes demostraron un alto nivel de participación durante la asistencia técnica y se mostraron activos en la realización de preguntas relacionadas con la temática abordada. Todas las preguntas planteadas fueron resueltas de manera oportuna y precisa, brindando a los asistentes la información necesaria y aclarando cualquier duda o inquietud que pudieran tener.

- **Conclusión**

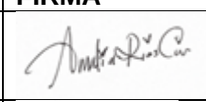
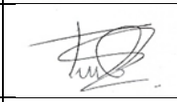
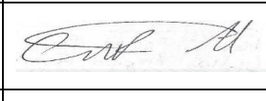
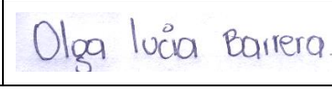
La socialización concluye con el compromiso de seguir trabajando de manera conjunta para promover la higiene y manipulación adecuada de alimentos en los hogares de las comunidades atendidas, y así contribuir a la mejora de la calidad de vida y la salud de los beneficiarios.

- **Agradecimientos por la participación**

Se agradece a todos los participantes por su activa participación y se solicitan sugerencias para futuras actividades y mejoras en la implementación de la asistencia técnica.

3. COMPROMISOS		
COMPROMISOS	**RESPONSABLE**	**FECHA**
Fortalecer la capacidad de los beneficiarios para identificar y prevenir riesgos relacionados con la higiene y manipulación de alimentos.	Nutricionista Equipo Interdisciplinario Padre de familia.	Mensual
Promover la participación activa de los beneficiarios en la implementación de las buenas prácticas en sus hogares.	Auxiliar en enfermería Gestores Comunitario Padres de familia	Mensual
fortalecer los conocimientos adquiridos sobre la higiene y	Equipo Interdisciplinario	Mensual

manipulación de alimentos. A través de recursos visuales y actividades interactivas, se espera promover un mayor nivel de conciencia y adhesión a las prácticas adecuadas, contribuyendo así a la mejora de la seguridad alimentaria y la salud en las comunidades beneficiarias.		

4. ASISTENCIA		
NOMBRE	**CARGO**	**FIRMA**
AMALIA RIOS CAAMAÑO	NUTRICIONISTA	
TATIANA LIZBETH QUESADA	PSICOSOCIAL	
JHON JAIRO SANEZ	AUX. ENFERMERÍA	
CLARA MARCELA SERNA	GESTOR	
CESAR ARMANDO MARTINEZ	GESTOR	
OLGA LUCIA BARRERA	GESTOR	

EVIDENCIA FOTOGRAFICAS

Fotografía N°5. *Socialización sobre la temática impartida sobre "Alimentación en las diferentes etapas del desarrollo"*



Fuente: *Oficina de la modalidad, equipo interdisciplinario (UDS) Inírida, presentación elaborada por la profesional en nutrición, Amalia Rios.*

Fotografía N°6. *Socialización sobre la temática impartida sobre ""Alimentación en las diferentes etapas del desarrollo"*



Fuente: *Oficina de la modalidad, equipo interdisciplinario (UDS) Inírida, presentación elaborada por la profesional en nutrición, Amalia Rios.*