Gmail

Buscar en el correo

99+

Mail

Chat

Spaces

Meet

Redactar

Recibidos 500

Destacados

Pospuestos

Importantes

Enviados

Borradores 5

Categorías

Social 24

Notificaciones 4.640

Foros

Promociones 151

Más

Etiquetas

10 de 2.712

FICHA IEC AGOSTO 2023

Recibidos ×

Rossimar Gonzalez <rossimargg@gmail.com> 7 ago 2023, 8:15
para Jenny

Cordial saludo compañera, adjunto ficha IEC correspondiente al mes de agosto 2023 con el tema "Intestino: más allá de la digestión" el cual se realizara el dia 16/08/2023 en las instalaciones del muisca de suba.
Sin otro particular
Rossimar Gonzalez - Nutricionista

Un archivo adjunto • Analizado por Gmail



Ficha Metodologi..

Rossimar Gonzalez 15 ago 2023,
Buen día compañera. Reenvío ficha IEC correspondiente a la actividad del mes de agosto. Sin o

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACION DE LOS SERVICIOS SOCIALES.** **PROCEDIMIENTO DE CAPACITACION EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE** **FORMATO FICHA METODOLOGICA ACCION IEC** **ESTILOS DE VIDA SALUDABLE.**

CABILDO: MUISCA DE SUBA
FECHA: 16/08/2023 **LUGAR:** Cabildo Indígena Muisca de Suba
PROFESIONAL RESPONSABLE: Rossimar González Gutiérrez
TEMA: INTESTINO: MAS ALLA DE LA DIGESTION PARTE I
TOTAL, DE HORAS: 2 **No DE PERSONAS CAPACITADAS:**
OBJETIVOS DE INFORMACION: Explicar el concepto de microbiota intestinal y su importancia en la salud
OBJETIVO DE EDUCACION: Indicar cuales son los alimentos para mantener o mejorar el microbiota intestinal
OBJETIVO DE COMUNICACIÓN: Implementar mensajes que se enviaran a traves de los grupos recordando los conceptos básicos desarrollados en el taller.
HERRAMIENTA PEDAGOGICA: Taller teórico
DESCRIPCION DE LA SESION: La actividad: Bienvenida y agradecimiento por la participación. 5 minutos Momento 2: Pretest Momento 3. Refuerzo de la importancia de la actividad física en nuestra salud. Practica de actividad física a cargo del profesional del IDRD, 60 minutos divididos de la siguiente manera: Rutina de estiramiento 10 minutos, desarrollo a través de juego tradicional rana 50 minutos. Momento 4. Desarrollo conceptual del taller "Intestino más allá de la digestión Para este momento de la actividad se explicará algunos conceptos teóricos tales como: concepto del microbiota intestinal, funciones del microbiota intestinal, importancia de la microbiota intestinal Momento 5: Refuerzo de los conceptos básicos. Momento 6: Post test
DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD FISICA: Al iniciar la actividad se realizará ejercicios de estiramiento 10 minutos. Posteriormente se desarrollara rutina de ejercicios
DESCRIPCION DEL PRETEST Y POSTEST: Se realizará a través de un pre test y un post test escrito Pregunta 1. Que es el microbiota intestinal a. El microbiota intestinal es son el conjunto de bacterias vivas que se encargan de la digestión

b. El microbiota intestinal es son el conjunto de bacterias vivas que se encargan del sistema inmune
c. A Y B son correctas
d. Pregunta 2. ¿La microbiota puede variar dependiendo del tipo de parto?
a. Si
b. No

Pregunta 3. La microbiota esta asociada a la salud mental

a. Si
b. No