MUNICIPIO DE EL DONCELLO CAQUETÁ
CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NO CDPP- 030
ÁREA: ADMINISTRATIVO

CONTRATANTE	CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL **CORTUNIVERSAL**.
NIT	900.623.092-6
INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATISTA	
CONTRATISTA	**SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE**
OBJETO	PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES COMO **NUTRICIONISTA** DEL CENTRO VIDA JESÚS DE LA BUENA ESPERANZA EN EL MARCO DEL CONVENIO DE ASOCIACIÓN N° 004 DE 2023, SUSCRITO ENTRE EL MUNICIPIO DE EL DONCELLO Y LA CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL **(CORTUNIVERSAL)**
PLAZO	DOS (02) MESES
VALOR TOTAL	$2.800.000
FECHA DE INICIO	08 DE SEPTIEMBRE DE 2023

LISTA DE CHEQUEO DE REQUISITOS PARA LA FIRMA DE CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES Y TÉCNICOS

NUTRICIONISTA			
Documentos requeridos		Presentado	
Documentos requeridos	**Observación**	**SI**	**NO**
Hoja de vida	En Formato único de la función pública, diligenciado en letra legible, con foto tamaño cédula * (Impreso en hoja tamaño carta)	**X**	
Fotografía reciente	Fondo blanco, tipo documento. Digital		
Fotocopia cédula de ciudadanía	Ampliada al 150%	**X**	
RUT	Fotocopia del Registro Único Tributario de la DIAN, con fecha de expedición del 2022.	**X**	
Tarjeta profesional o registro, en los casos que aplique.	Copia	**X**	
RETHUS	Registro Único Nacional del Talento Humano en Salud, para los profesionales de la salud.	**X**	
Certificados académicos	Fotocopia de títulos con fecha de grado legible.	**X**	
Certificados laborales o de experiencia	Fotocopia. El documento debe especificar: fecha de ingreso, fecha de retiro, cargo y funciones.	**X**	
Certificado de antecedentes penales	(Policía nacional) actualizado	**X**	
Certificado de antecedentes fiscales	(Contraloría) actualizado	**X**	
Certificado de antecedentes disciplinarios	(Procuraduría) Actualizado	**X**	
Afiliación al Sistema de Seguridad Social como Independiente:	1-Copia del Certificado o Formulario de Afiliación a Pensión. (AFP). 2-Copia del Certificado o Formulario de Afiliación a Salud (EPS). 3. Afiliación como independiente a la Administradora de Riesgos Laborales (ARL) **NOTA**: La Afiliación a la ARL se realiza cuando este firmado el contrato. 3. Planilla de pago de Seguridad Social. **Nota:** Aplica para contratos con plazo mayor de 30 días		
Examen Preocupacional.	Vigente	**X**	
Carnet vacunación covid	Vigente	**X**	
Formación Atención Integral al Adulto Mayor	Certificado de formación. Constancia/s de asistencia o participación a formaciones para la atención integral de personas adultas mayores. Esas formaciones deberán corresponder a un componente teórico (presencial o virtual) de mínimo 160 horas, y a un componente de experiencia directa de mínimo 320 horas. Las anteriores constancias deben sumar un mínimo de 480 horas.	**X**	

Certificación Cuenta Bancaria	Certificado de la entidad bancaria con fecha de expedición no superior a un mes.	**X**	
Compromiso anticorrupción	Actualizado	**X**	
Certificado de inhabilidades sexuales	Actualizado, a nombre de la Corporación Cultural, Turística, Ambiental y Deportiva Turmalina Universal "Cortuniversal" Nit 900.623.092-6	**X**	
Curso virtual	Integridad, Transparencia, y Lucha Contra la Corrupción Función Publica	**X**	
Declaración de bienes	Declaración de Bienes y Rentas y Conflictos de Intereses Función Publica de conformidad con la ley 2013 de 2019 (Estado de formulario es finalizado)	**X**	
Certificado Sistema de Registro Nacional de Medidas Correctivas	RNMC (Actualizado)	**X**	
Formación para la atención de emergencias	Pprimer respondiente y manejo de elementos en emergencias de mínimo 36 horas.	**X**	

Cumplimiento de requisitos Sí ___ No___

Revisado por:

PEDRO DE JESUS LONDOÑO MEDINA
Representante Legal

Libertad y Orden

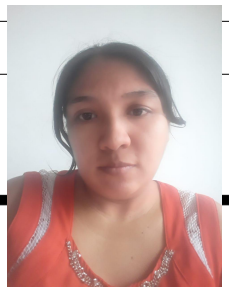
FORMATO ÚNICO

HOJA DE VIDA

Persona Natural

(Leyes 190 de 1995, 489 y 443 de 1998)

ENTIDAD RECEPTORA



1 DATOS PERSONALES

PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO (O DE CASADA)	NOMBRES
MARTINEZ	LASTRE	SONIA ESTHER

DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN: C.C (●) C.E ( ) PAS ( ) No. 1.102.821.474 | SEXO: F (●) M ( ) | NACIONALIDAD: COL. (●) EXTRANJERO ( ) PAÍS: _____

LIBRETA MILITAR: PRIMERA CLASE ( ) SEGUNDA CLASE ( ) NÚMERO _____ D.M _____

FECHA Y LUGAR DE NACIMIENTO

FECHA PAÍS DÍA 29 MES 10 AÑO 1987

DEPTO SUCRE

MUNICIPIO SINCELEJO

DIRECCIÓN DE CORRESPONDENCIA

CALLE 5 # 13-46 EL PORVENIR

PAÍS COLOMBIA DEPTO CAQUETA

MUNICIPIO FLORENCIA

TELÉFONO 3205427924 EMAIL somar_1730@hotmail.com

2 FORMACIÓN ACADÉMICA

EDUCACIÓN BÁSICA Y MEDIA

MARQUE CON UNA X EL ÚLTIMO GRADO APROBADO (LOS GRADOS DE 1o. A 6o. DE BACHILLERATO EQUIVALEN A LOS GRADOS 6o. A 11o. DE EDUCACIÓN BÁSICA SECUNDARIA Y MEDIA)

EDUCACIÓN BÁSICA											TÍTULO OBTENIDO:
PRIMARIA					SECUNDARIA				MEDIA		FECHA DE GRADO
1o.	2o.	3o.	4o.	5o.	6o.	7o.	8o.	9o.	10	11	MES 12 AÑO 2005
										X	

EDUCACION SUPERIOR (PREGRADO Y POSTGRADO)

DILIGENCIE ESTE PUNTO EN ESTRICTO ORDEN CRONOLÓGICO, EN MODALIDAD ACADÉMICA ESCRIBA:

TC (TÉCNICA), **TL** (TECNOLÓGICA), **TE** (TECNOLÓGICA ESPECIALIZADA), **UN** (UNIVERSITARIA), **ES** (ESPECIALIZACIÓN), **MG** (MAESTRÍA O MAGISTER), **DOC** (DOCTORADO O PHD),

RELACIONE AL FRENTE EL NÚMERO DE LA TARJETA PROFESIONAL (SI ÉSTA HA SIDO PREVISTA EN UNA LEY).

MODALIDAD ACADÉMICA	No.SEMESTRES APROBADOS	GRADUADO SI	GRADUADO NO	NOMBRE DE LOS ESTUDIOS O TÍTULO OBTENIDO	TERMINACIÓN MES	TERMINACIÓN AÑO	No. DE TARJETA PROFESIONAL
UN	10	X		NUTRICIONISTA DIETISTA	12	2007	MND 07303
TEC	4	X		ESTETICISTA	12	2009	

ESPECÍFIQUE LOS IDIOMAS DIFERENTES AL ESPAÑOL QUE: HABLA, LEE, ESCRIBE DE FORMA, REGULAR (**R**), BIEN (**B**) O MUY BIEN (**MB**)

IDIOMA	LO HABLA R	LO HABLA B	LO HABLA MB	LO LEE R	LO LEE B	LO LEE MB	LO ESCRIBE R	LO ESCRIBE B	LO ESCRIBE MB

FORMATO ÚNICO

HOJA DE VIDA

Persona Natural

(Leyes 190 de 1995, 489 y 443 de 1998)

3 EXPERIENCIA LABORAL

RELACIONE SU EXPERIENCIA LABORAL O DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS EN ESTRICTO ORDEN CRONOLÓGICO COMENZANDO POR EL ACTUAL.

EMPLEO O CONTRATO ACTUAL

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
	DÍA MES AÑO	DÍA MES AÑO

CARGO O CONTRATO ACTUAL	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL (CORTUNIVERSAL)		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	DONCELLO	cortuniversal@gmail.com

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
3226846186	DÍA 06 MES 03 AÑO 2023	DÍA 04 MES 07 AÑO 2023

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA	CENTRO VIDA JESÚS DE LA BUENA ESPERANZA	CL 3 5 28 CR 5 3 27 ESQ

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
FUNDACION EL CHAIRA SEMILLA Y ESPERANZA		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	CARTAGENA DEL CHAIRA	funchaira@outlook.

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
3103403669-3223264954	DÍA 30 MES 01 AÑO 2022	DÍA 30 MES 12 AÑO 2022

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	CENTRO DE VIDA BIBIANO G	CALLE: 6 SUR Nº 16 33 B/ PALMERAS

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
ASOCIACION DE PADRES DE FAMILIA Y VECINOS DEL HOGAR INFANTIL SAN JOSE DEL FRAGUA		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	SAN JOSE DEL FRAGUA	ho_in_sanjose@hotmail.es

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
3186177056	DÍA 24 MES 01 AÑO 2022	DÍA 31 MES 05 AÑO 2022

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	HOGAR INFANTIL SAN JOSE DEL FRAGUA	Carrera 3 No 3-44 Barrio El Centro

NOTA: SI REQUIERE ADICIONAR MAS EXPERIENCIA LABORAL, IMPRIMA NUEVAMENTE ESTA HOJA.

FORMATO ÚNICO

HOJA DE VIDA

Persona Natural

(Leyes 190 de 1995, 489 y 443 de 1998)

3 EXPERIENCIA LABORAL

RELACIONE SU EXPERIENCIA LABORAL O DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS EN ESTRICTO ORDEN CRONOLÓGICO COMENZANDO POR EL ACTUAL.

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
ASOMUPCAR		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	FLORENCIA	asomupcar.th@gmail.com

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
3143904349	DÍA 09 MES 06 AÑO 2021	DÍA 31 MES 12 AÑO 2021

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	MODALIDADES ICBF – CDI	Trasv 6 Nº5b-05 Las Avenidas

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
ASOMUPCAR		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	FLORENCIA	asomupcar.th@gmail.com

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
3143904349	DÍA 09 MES 06 AÑO 2021	DÍA 31 MES 12 AÑO 2021

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	MODALIDADES ICBF DIMF	Trasv 6 Nº5b-05 Las Avenidas

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
FUNDACION EL CHAIRA SEMILLA Y ESPERANZA		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	CARTAGENA DEL CHAIRA	funchaira@outlook.

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
3103403669-3223264954	DÍA 10 MES 03 AÑO 2021	DÍA 30 MES 12 AÑO 2021

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	CENTRO DE VIDA BIBIANO G	CALLE: 6 SUR Nº 16 33 B/ PALMERAS

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
UNION TEMPORAL LLUVIA DE BENDICIONES		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	FLORENCIA	lluviabendiciones2020@gmail.com

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
3202502874	DÍA 16 MES 06 AÑO 2020	DÍA 18 MES 12 AÑO 2020

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	CENTRO DE VIDA ALBANIA	CALLE 3 5 28 CR 5 3 27 ESQUINA

NOTA: SI REQUIERE ADICIONAR MAS EXPERIENCIA LABORAL, IMPRIMA NUEVAMENTE ESTA HOJA .

FORMATO ÚNICO

HOJA DE VIDA

Persona Natural

(Leyes 190 de 1995, 489 y 443 de 1998)

3 EXPERIENCIA LABORAL

RELACIONE SU EXPERIENCIA LABORAL O DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS EN ESTRICTO ORDEN CRONOLÓGICO COMENZANDO POR EL ACTUAL.

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
FUNDACION FRATERNIDAD		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	FLORENCIA	funfraternidad@gmail.com

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
3108515192	DÍA 01 MES 04 AÑO 2020	DÍA 30 MES 09 AÑO 2020

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	PROGRAMA MIL DIAS (ICBF)	SAN JOSE DEL FRAGUA

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
FUNDACION FRATERNIDAD		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	FLORENCIA	funfraternidad@gmail.com

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
3108515192	DÍA 20 MES 12 AÑO 2019	DÍA 31 MES 03 AÑO 2020

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	PROGRAMA MIL DIAS (ICBF)	SAN JOSE DEL FRAGUA

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
FUNDACION FRATERNIDAD		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	FLORENCIA	funfraternidad@gmail.com

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
3108515192	DÍA 02 MES 07 AÑO 2019	DÍA 19 MES 12 AÑO 2019

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	PROGRAMA MIL DIAS (ICBF)	SAN JOSE DEL FRAGUA

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
HOSPITAL MARIA INMACULADA	X		COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	FLORENCIA	ventanillaunica@hmi.gov.co

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
PBX: (8)4366464	DÍA 02 MES 05 AÑO 2019	DÍA 31 MES 12 AÑO 2019

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	NUTRICION CLINICA	Diagonal 20 #7-29

NOTA: SI REQUIERE ADICIONAR MAS EXPERIENCIA LABORAL, IMPRIMA NUEVAMENTE ESTA HOJA .

FORMATO ÚNICO

HOJA DE VIDA

Persona Natural

(Leyes 190 de 1995, 489 y 443 de 1998)

3 EXPERIENCIA LABORAL

RELACIONE SU EXPERIENCIA LABORAL O DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS EN ESTRICTO ORDEN CRONOLÓGICO COMENZANDO POR EL ACTUAL.

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
FUNDACION FRATERNIDAD		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
CAQUETA	FLORENCIA	funfraternidad@gmail.com

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
3108515192	DÍA 16 MES 01 AÑO 2018	DÍA 31 MES 10 AÑO 2018

CARGO O CONTRATO ACTUAL	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	PROGRAMA MIL DIAS (ICBF)	PAUJIL Y CARTAGENA DEL CHAIRA

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*
FUNDACION FUNDAR		X	COLOMBIA

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*
FUNDACION FUNDAR	X	COLOMBIA

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
(098) 4363096- 3214529095	DÍA 01 MES 02 AÑO 2018	DÍA 31 MES 05 AÑO 2018

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*
NUTRICIONISTA DIETISTA	HOGARES SUSTITUTOS FLORENCIA	Cra 8 Nº7-05 Brr La Estrella

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
	DÍA MES AÑO	DÍA MES AÑO

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*

EMPLEO O CONTRATO ANTERIOR

EMPRESA O ENTIDAD	*PÚBLICA*	*PRIVADA*	*PAÍS*

DEPARTAMENTO	*MUNICIPIO*	*CORREO ELECTRÓNICO ENTIDAD*

TELÉFONOS	*FECHA DE INGRESO*	*FECHA DE RETIRO*
	DÍA MES AÑO	DÍA MES AÑO

CARGO O CONTRATO	*DEPENDENCIA*	*DIRECCIÓN*

NOTA: SI REQUIERE ADICIONAR MAS EXPERIENCIA LABORAL, IMPRIMA NUEVAMENTE ESTA HOJA.

FORMATO ÚNICO

HOJA DE VIDA

Persona Natural

(Leyes 190 de 1995, 489 y 443 de 1998)

4 TIEMPO TOTAL DE EXPERIENCIA

INDIQUE EL TIEMPO TOTAL DE SU EXPERIENCIA LABORAL EN NÚMERO DE AÑOS Y MESES.

OCUPACIÓN	*TIEMPO DE EXPERIENCIA*	
	AÑOS	*MESES*
SERVIDOS PÚBLICO		7
EMPLEADO DEL SECTOR PRIVADO	4	3
TRABAJADOR INDEPENDIENTE		
TOTAL TIEMPO DE EXPERIENCIA	4	10

5 FIRMA DEL SERVIDOR PÚBLICO O CONTRATISTA

MANIFIESTO BAJO LA GRAVEDAD DEL JURAMENTO QUE SI ◯ NO (X) ME ENCUENTRO DENTRO DE LAS CAUSALES DE INHABILIDAD E INCOMPATIBILIDAD DEL ORDEN CONSTITUCIONAL O LEGAL, PARA EJERCER CARGOS EMPLEOS PÚBLICOS O PARA CELEBRAR CONTRATOS DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS CON LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA.

PARA TODOS LOS EFECTOS LEGALES, CERTIFICO QUE LOS DATOS POR MI ANOTADOS EN EL PRESENTE FORMATO ÚNICO DE HOJA DE VIDA, SON VERACES, (ARTÍCULO 5o. DE LA LEY 190/95).



FIRMA DEL SERVIDOR PÚBLICO O CONTRATISTA

6 OBSERVACIONES DEL JEFE DE RECURSOS HUMANOS Y/O CONTRATOS

CERTIFICO QUE LA INFORMACIÓN AQUÍ SUMINISTRADA HA SIDO CONSTATADA FRENTE A LOS DOCUMENTOS QUE HAN SIDO PRESENTADOS COMO SOPORTE.

NOMBRE Y FIRMA DEL JEFE DE PERSONAL O DE CONTRATOS



INDICE DERECHO

FECHA DE NACIMIENTO **29-OCT-1987**

SINCELEJO
(SUCRE)
LUGAR DE NACIMIENTO

1.50 ESTATURA | **O+** G.S. RH | **F** SEXO

24-ENE-2007 SINCELEJO
FECHA Y LUGAR DE EXPEDICION

REGISTRADOR NACIONAL
JUAN CARLOS GALINDO VACHA

P-2800100-62158522-F-1102821474-20070508 **02289**07128A 02 235789853

REPUBLICA DE COLOMBIA
IDENTIFICACION PERSONAL
CEDULA DE CIUDADANIA
1.102.821.474
NUMERO

MARTINEZ LASTRE
APELLIDOS

SONIA ESTHER
NOMBRES

FIRMA



DIAN
POR UNA COLOMBIA MÁS HONESTA

Formulario del Registro Único Tributario

001

2. Concepto 0 2 Actualización

4. Número de formulario 14889696111

(415)7707212489984(8020) 000001488969611 1

5. Número de Identificación Tributaria (NIT)	6. DV	12. Dirección seccional	14. Buzón electrónico
1 1 0 2 8 2 1 4 7 4	1	Impuestos y Aduanas de Florencia 2 8	

IDENTIFICACIÓN

24. Tipo de contribuyente	25. Tipo de documento	26. Número de Identificación	27. Fecha expedición
Persona natural o sucesión ilíquida 2	Cédula de Ciudadanía 1 3	1 1 0 2 8 2 1 4 7 4	2 0 0 7 0 1 2 4

Lugar de expedición	28. País	29. Departamento	30. Ciudad/Municipio
COLOMBIA	1 6 9	Sucre 7 0	Sincelejo 0 0 1

31. Primer apellido	32. Segundo apellido	33. Primer nombre	34. Otros nombres
MARTINEZ	LASTRE	SONIA	ESTHER

35. Razón social

36. Nombre comercial	37. Sigla

UBICACIÓN

38. País	39. Departamento	40. Ciudad/Municipio
COLOMBIA 1 6 9	Caquetá 1 8	Florencia 0 0 1

41. Dirección principal
CL 5 13 46 BRR EL PORVENIR

42. Correo electrónico somar_1730@hotmail.com

43. Código postal	44. Teléfono 1	45. Teléfono 2
	3 2 0 5 4 2 7 9 2 4	

CLASIFICACIÓN

Actividad económica				Ocupación	
Actividad principal		**Actividad secundaria**		**Otras actividades**			
46. Código	47. Fecha inicio actividad	48. Código	49. Fecha inicio actividad	50. Código	1	2	51. Código	52. Número establecimientos
8 7 1 0	2 0 1 8 0 1 1 6	8 6 2 1	2 0 1 9 0 2 2 1				2 2 2 9	

Responsabilidades, Calidades y Atributos

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
53. Código	2	0																								

20- Obtención NIT

Obligados aduaneros										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
54. Código										
	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Exportadores					
55. Forma	56. Tipo	Servicio	1	2	3
		57. Modo			
		58. CPC			

IMPORTANTE: Sin perjuicio de las actualizaciones a que haya lugar, la inscripción en el Registro Único Tributario -RUT-, tendrá vigencia indefinida y en consecuencia no se exigirá su renovación

Para uso exclusivo de la DIAN

59. Anexos SI [ ] NO [X] 60. No. de Folios: 0 61. Fecha 2023 - 01 - 19 / 16 : 38: 31

La información suministrada a través del formulario oficial de inscripción, actualización, suspensión y cancelación del Registro Único Tributario (RUT), deberá ser exacta y veraz; en caso de constatar inexactitud en alguno de los datos suministrados se adelantarán los procedimientos administrativos sancionatorios o de suspensión, según el caso.
Parágrafo del artículo 1.6.1.2.20 del Decreto 1625 de 2016
Firma del solicitante:

Sin perjuicio de las verificaciones que la DIAN realice.
Firma autorizada:

984. Nombre MARTINEZ LASTRE SONIA ESTHER
985. Cargo CONTRIBUYENTE

CERTIFICADO DOCUMENTO SIN COSTO

REPUBLICA DE COLOMBIA

COMISION DE EJERCICIO PROFESIONAL DE NUTRICION Y DIETETICA
Ley 73 del 28 de Diciembre de 1979
MATRICULA PROFESIONAL DE NUTRICIONISTA DIETISTA



Matricula No. MND 07303
Acta de aprobación Nº 174 Fecha: 30/01/2018

MARTINEZ LASTRE
SONIA ESTHER
C.C. 1.102.821.474

UNIVERSIDAD DEL SINU

COMISIÓN DE EJERCICIO PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

LEY 73 DE 1.979

RESOLUCIÓN Nº MND 07303
(30 de Enero de 2018)

"POR LA CUAL SE EXPIDE UNA MATRÍCULA PROFESIONAL"

La Comisión de Ejercicio Profesional de Nutrición y Dietética, en ejercicio de las facultades concedidas por la Ley 73 de 1979, su reglamento, y

CONSIDERANDO:

Que **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** identificada con cédula de ciudadanía número 1.102.821.474 de Sincelejo, Departamento de Sucre, presentó y dejó en archivo los documentos requeridos para obtener la Matrícula Profesional como Nutricionista Dietista, con el fin de ejercer legalmente en la República de Colombia.

Que hecha la revisión de la documentación presentada, se encontró correcta y completa conforme a la Ley y a los Reglamentos de la Comisión, siendo aprobada mediante Acta número 174 del 30 de Enero de 2018.

RESUELVE:

ARTÍCULO PRIMERO: Expedir a **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** la Matrícula Profesional número **MND 07303** para ejercer su profesión legalmente en la República de Colombia.

ARTÍCULO SEGUNDO: Radicar en el consecutivo correspondiente, la presente Resolución, archivar cuidadosamente el expediente que dio lugar a esta providencia y ordenar la elaboración y entrega a **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** de los documentos reglamentarios.

NOTIFÍQUESE, COMUNÍQUESE Y CÚMPLASE

Dado en Bogotá D.C., a los treinta (30) días del mes de Enero de dos mil dieciocho (2018).

GOBERNACION DE BOLIVAR
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL

RESOLUCIÓN NÚMERO 13034212
(27 MAR 2018)

Por medio de la cual se autoriza la inscripción, Registro de un Titulo Profesional y se Autoriza el ejercicio de sus funciones

EL COORDINADOR GRUPO DE TALENTO HUMANO

En cumplimiento del Decreto 1875 de 03 de agosto de 1994 y en uso de sus atribuciones legales ante la Secretaria de Salud Departamental, conferidas en la Resolución Número 0224 del 4 de Marzo de 2013 y

CONSIDERANDO:

1.- Que **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE,** identificado (a) con la cédula de ciudadanía número **1.102.821.474** de **Sincelejo,** ha solicitado, a esta Secretaría, la Inscripción y Registro de su Título como **NUTRICIONISTA DIETISTA,** otorgado por la **UNIVERSIDAD DEL SINU** el dia 15 de Diciembre de 2017, según Acta de Grado No. **017** de fecha 15 de Diciembre de 2017.

2.- Que dicho Título se encuentra debidamente Registrado ante el Ministerio de Educación Nacional e igualmente registrado en la institución en mención en el Libro No. **4**, Folio No 190 de fecha 15 de Diciembre de 2017.

3.- Que es competencia de la Secretaría Departamental acceder a lo solicitado.

RESUELVE:

ARTÍCULO PRIMERO.- Autorizase a **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE,** identificado (a) con la cédula de ciudadanía número **1.102.821.474** de **Sincelejo**, para ejercer la Profesión de **NUTRICIONISTA DIETISTA** en todo el Territorio Nacional.

ARTICULO SEGUNDO.- La presente Resolución rige a partir de la fecha de su expedición.

COMUNIQUESE Y CUMPLASE

Dada en la ciudad de Cartagena de Indias a los 27 MAR 2018

CARLOS PEREZ VENECIA
P.U. Coordinador Grupo de Talento Humano

Proyectó Elaboró Verificó: **ROBERTO GOENAGA CURI.**
Técnico Operativo - Oficina de Registros Profesionales.

SISPRO - APLICATIVOS MISIONALES
Sistema Integral de Información de la Protección Social

Ingresar | Registrarse | Ayuda

ReTHUS

A continuación diligencie la identificación o nombre y apellido de la persona a consultar en el Registro Unico Nacional de Talento Humano en Salud.

Tipo de Identificación * Cedula de Ciudadania

Número de Identificación * 1102821474

Primer Nombre sonia

Primer Apellido martinez

Confirme los números de la Imagen *



Cambiar

2381

Verificar Registro en ReTHUS Limpiar

Resultado General -2023-08-30→6:11:07 PM

Tipo Identificación	Nro. Identificación	Primer Nombre	Segundo Nombre	Primer Apellido	Segundo Apellido	Estado Identificación:	Detalles
CC	1102821474	SONIA	ESTHER	MARTINEZ	LASTRE	Vigente	Ver

De conformidad con los artículos 100 y 101 del Decreto Ley 2106 de 2019, una vez revisadas las bases de datos del Registro Único Nacional de Talento Humano en Salud se constató que el (la) señor(a) SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE identificado(a) con CC 1102821474 registra La siguiente información:

2023-08-30→6:11:07 PM

Información Académica

Tipo Programa	Origen Obtención Título	Profesión u Ocupación	Fecha inicio ejercer Acto Administrativo	Acto Administrativo	Entidad Reportadora
UNV	Local	Nutrición y dietética	2018-01-30		COMISIÓN DE EJERCICIO PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA
UNV	Local	NUTRICION Y DIETETICA	2018-03-27	34212	SECRETARIA DEPARTAMENTAL DE SALUD BOLIVAR

La información dispuesta se encuentra en proceso de actualización de conformidad con lo señalado por el Ministerio de Salud y Protección Social. El talento humano en salud puede continuar ejerciendo su profesión u ocupación del área de la salud, presentando los documentos que acreditaron el cumplimiento de los requisitos que se encontraban vigentes (Resolución de autorización de ejercicio en todo el territorio nacional, expedida por este Ministerio o por una Secretaría de Salud, y según la profesión, tarjeta profesional, matrícula profesional, etc.). Registro Único Nacional del Talento Humano en Salud (ReTHUS).

REPUBLICA DE COLOMBIA

13106

UNIVERSIDAD DEL SINU

Elías Bechara Zainúm

EL RECTOR Y EL CONSEJO SUPERIOR
POR EL TENOR DE LA PRESENTE, HACEMOS SABER QUE

Sonia Esther Martínez Lastre

IDENTIFICADO(A) CON LA CEDULA DE CIUDADANIA NO. C.C. 1.102.821.474 DE SINCELEJO (SUCRE) , ALUMNO(A) DE ESTA INSTITUCION Y EN TAL VIRTUD FORMADA EN EL PENSAMIENTO DE NUESTRO FUNDADOR CON PROYECCION UNIVERSAL, VALORES CULTURALES Y HUMANOS DEL HOMBRE COLOMBIANO CONFERIMOS, EN NOMBRE DE LA REPUBLICA DE COLOMBIA Y POR AUTORIZACION DEL MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL, EL CARACTER Y TITULO DE

Nutricionista Dietista

CON EL COMPROMISO DE LIDERAZGO AL SERVICIO DE LA SOCIEDAD, LA UNIVERSIDAD Y SU FAMILIA PARA GENERAR FUTURAS CONDICIONES DE VIDA MAS FAVORABLES A TODOS; COMPROMETIDO CON NUESTRA RAZON DE SER, ELEVANDO LA CULTURA REGIONAL Y NACIONAL, COMO CONTRIBUCION A LA HUMANIDAD, CON EL CRITERIO DE LA LIBERTAD COMO DERECHO NATURAL Y SIN DISTINGO DE RAZA, CREDO, SEXO O COLOR. EL PRESENTE TITULO LLEVA LAS FIRMAS DEL RECTOR, VICERRECTOR, DECANO Y SECRETARIO GENERAL, EN LA CIUDAD DE CARTAGENA
A LOS 15 DIAS DEL MES DE DICIEMBRE DEL AÑO 2017

EL RECTOR

EL VICERRECTOR

EL DECANO

EL SECRETARIO GENERAL

LIBRO 4 FOLIO 190

UNIVERSIDAD DEL SINÚ
Elías Bechara Zainúm
Fundada en 1974

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

ACTA DE GRADO N° 017

En la ciudad de Cartagena a los quince (15) días del mes de diciembre de dos mil diecisiete (2017), se realizó la graduación Colectiva en Ceremonia Solemne a solicitud de la Dirección de Escuela de Nutrición y Dietética a la Rectoría, quien autorizó el acto, mediante Resolución N° 054 del 11 de diciembre de 2017 por medio de la cual, otorga de acuerdo a la Ley y a los Estatutos de la Institución, el título de **NUTRICIONISTA DIETISTA** al (a) Estudiante **SONIA ESTHER MARTÍNEZ LASTRE** portador (a) de la Cédula de Ciudadanía N°. 1.102.821.474 Expedida en Sincelejo (Sucre) a quien se le tomó el juramento de rigor y se le hizo entrega del Diploma que lo autoriza para el ejercicio de la profesión de **NUTRICIONISTA DIETISTA** según las disposiciones vigentes.

ROLANDO BECHARA CASTILLA
Rector

CLAUDIA PARDO SCHOTBORGH
Secretaria General

YOLANDA VARGAS BERNETT
Directora Escuela de Nutrición y Dietética

00621120

35

REPÚBLICA DE COLOMBIA

DEPARTAMENTO DE SUCRE

BIOESTÉTICA
CENTRO DE ENSEÑANZA
EDUCACIÓN PARA EL TRABAJO Y EL DESARROLLO HUMANO

SEGÚN RESOLUCIÓN Nº. 3020 DEL 19 DE JUNIO DE 2007
EMANADA DE LA SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL

CONFIERE EL CERTIFICADO DE APTITUD OCUPACIONAL TÉCNICO COMO:

ESTETICISTA

A ***Sonia Esther Martínez Lastre***

CON C.C. Nº ***1102821474*** DE ***SINCELEJO***

POR HABER CURSADO Y APROBADO EL PROGRAMA DE

ESTÉTICA FACIAL Y CORPORAL

TESTIFICANDO Y GARANTIZANDO QUE ES IDÓNEA PARA DESEMPEÑAR LA PROFESIÓN
REALIZADO EN SINCELEJO, CON DURACIÓN DE 1.200 HORAS.

MARÍA EUGENIA HERRERA DE POLO
DIRECTORA

BEATRIZ POLO HERRERA
DIRECTORA DE PROGRAMA

ANOTADO EN EL LIBRO DE REGISTRO No. 001 FOLIO 035 DE 2009

DADO EN SINCELEJO, A LOS 3 DÍAS DEL MES DE DICIEMBRE DE 2009

FOLIO No. 035

REPUBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE SUCRE
Secretaria de Educación Municipal
EDUCACION PARA EL TRABAJO Y EL DESARROLLO HUMANO

HOJA DE REGISTRO

BIOESTETICA CENTRO DE ENSEÑANZA
Con Resolución No 3020 del 19 de Junio del 2.007, Emanada de la Secretaria De Educación Municipal

Confiere Certificado de Aptitud Ocupacional de

TECNICO EN ESTETICA FACIAL Y CORPORAL

A: **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE**
Con C.C 1102821474 DE SINCELEJO

BIOESTETICA

Por haber cursado y aprobado el programa de **TECNICO EN ESTETICA FACIAL Y CORPORAL** y logrados los objetivos propuestos en el programa con una duración de 1.200 horas.

Somos Sustancialmente Distintos!

Director (a)

Secretaria

Anotado en el Folio de Registro de institución No.001 folio No.035 Hoy 3 de Diciembre 2009

Dado en Sincelejo a los 3 días del mes de Diciembre de 2009

República de Colombia

y en su nombre, la

Institución Educativa Gimnasio Moderno Los Angeles

De Sincelejo (Sucre)
Autorizado por la Secretaría de Educación Departamental,
según Resolución No. 1659 del 07 de Septiembre de 2.000.

Confiere a:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

Identificado(a) CON C.C. (T.I) . No. 871029-66130 DE SINCELEJO

El Título de:

Bachiller Académico

Por haber cursado y aprobado los estudios correspondientes al nivel de Educación Media Vocacional, según los planes y programas vigentes.

Rector

Cesar A. Fernández Bustillo
C.C. No. 8.819.751 S/jo

Secretaria

Candelaria Pérez C.
C.C. No. 64.546.032 S/jo

Anotado en el Acta No. 026 de 02 de Diciembre de 2005

Dado en Sincelejo, a los 02 días del mes de Diciembre de 2005

ACTA DE GRADO

INSTITUCION EDUCATIVA
GIMNASIO MODERNO LOS ANGELES
FUNDADO EN 1972
Bachillerato Académico
Aprobados según Resol. 13518 del 1 de Agosto de 1979 para Primaria y la 1659 del 7 de Septiembre de 2000 para los grados 6° a 11° hasta H.N.V
Calle 21 N° 20 - 51 Teléfono: 2808774

NIT 800 162 905-7

DANE 370 001 00324

DIPLOMA N°_____

En la ciudad de Sincelejo a los DOS (02) días del mes de DICIEMBRE del año 2005, se reunieron, con el fin de formalizar la graduación de los alumnos de último grado, los suscritos Rector y Secretaria en la Rectoría del **GIMNASIO MODERNO LOS ANGELES** institución aprobada hasta NUEVA VISITA en el nivel de Educación Media Vocacional y autorizada por la Secretaría de Educación Departamental para otorgar el Título de Bachiller en la modalidad ACADEMICA, según Resolución N° 1659 del 07 de SEPTIEMBRE de 2000.

Comprobada la situación Legal y Académica de cada uno de los alumnos, que cursaron y aprobaron los estudios correspondientes al nivel de Educación Media Vocacional, se procedió a otorgar el TITULO DE BACHILLER ACADEMICO al graduando cuyo nombre, apellidos y número del documento de identificación se relaciona a continuación: MARTINEZ LASTRE SONIA ESTHER T.I.No.871029-65130 DE SINCELEJO

Es fiel copia tomada del Acta Original general N° 027 de fecha 02 - 12 - 2005 que consta de 48 alumnos que comienza con el nombre de ALQUERQUE BLANCO JAVIER EDUARDO y se cierra con el nombre de VILLALBA ARNEDO JULIO CESAR firmado y sellado por CESAR AUGUSTO FERNANDEZ BUSTILLO (Rector) y CANDELARIA PEREZ COGOLLO (Secretaria)

Dada en Sincelejo a los DOS (02) días del mes de DICIEMBRE del año 2005.

CESAR A. FERNANDEZ BUSTILLO
EL RECTOR
C.C. N° 6.819.751 SINCELEJO

CANDELARIA PEREZ COGOLLO
LA SECRETARIA
C.C. N° 64.546.032 SINCELEJO

UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA

El Grupo de Estudios Alternativos en Pedagogía del Programa de Educación Infantil de la Facultad de Educación de la Universidad Surcolombiana

OTORGA EL SIGUIENTE

CERTIFICADO A:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

Con Cédula de Ciudadanía N°1102821474

Por participar en el Diplomado para la Formación al Talento Humano del ICBF "Estrategia Arcoíris: Lenguajes y Comprensiones Basados en el Enfoque Diferencial en la Educación Inicial" con duración de 120 horas

NEIVA, 11 DE NOVIEMBRE DE 2022

Maria Liliana Díaz Perdomo
LIDER DEL GRUPO GEAP

Leidy Carolina Cuervo
CO-INVESTIGADORA

Esther Cortes Segura
CO-INVESTIGADORA

Emperatriz Perdomo Cruz
CO-INVESTIGADORA

UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA

BIENESTAR FAMILIAR

El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar y Universidad Surcolombiana

En el Marco del Contrato Interadministrativo 1787 de 2019 ICBF-ICETEX

HACE CONSTAR QUE:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

C.C. 1102821474 expedida en Sincelejo (Sucre)

Participó en el: Diplomado Estrategia Arcoíris: Lenguajes y Comprensiones Basados en el Enfoque Diferencial en la Educación Inicial con una duración de 120 horas

Dado en Florencia- Caquetá, el 11 de noviembre de 2022

CLAUDIA ALEJANDRA GÉLVEZ RAMÍREZ

Directora de Primera Infancia

Instituto Colombiano

de Bienestar Familiar

ZULLY CUELLAR LOPEZ

Directora de Universidad Surcolombiana

INSTITUTO UNIVERSITARIO VIVE SANO

REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL
INSTITUTO UNIVERSITARIO VIVE SANO

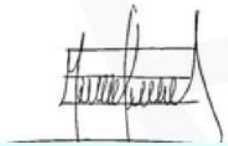
EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,
INSTITUTO UNIVERSITARIO VIVE SANO CERTIFICA QUE:

Sonia Esther Martinez Lastre

Documento de identidad:

1102821474

Aprobó el "**Diplomado Nutrición Clínica:**
Un Abordaje Multidisciplinario en el Ciclo Vital".
Modalidad On-Line, realizado entre el 12 de octubre de 2020 al 28 de mayo de 2021.
Con un total de 326 horas académicas. Teniendo una asistencia del 100%. Obteniendo una calificación de 4.5/5







Cursos de Extensión
Área de Educación y Coordinación Académica
Certificado registrado sobre el libro 45, folio 1, pág. 99

São Paulo, 2 de Agosto de 2021

INSTITUTO UNIVERSITARIO VIVE SANO

TEMARIO

Módulo 1
Bases de la Bioquímica Nutricional

Módulo 2
Fisiología y Fisiopatología Aplicada a la Nutrición

Módulo 3
Nutrición Clínica Pediátrica

Módulo 4
Nutrición Clínica del Adulto

Módulo 5
Nutrición Clínica del Adulto Mayor

Módulo 6
Cuidados Nutricionales en el Paciente Crítico

Módulo 7
Nutrición Renal

Con el respaldo de:

NUTRI comparte .com

Colegio de Graduados en Nutrición 1.ª CIRCUNSCRIPCIÓN SANTA FE

UNIVERSIDAD SEK CHILE SER MEJORES

COLEGIO DE NUTRICIONISTAS UNIVERSITARIOS DE CHILE A.G.

ANNE Ecuador

PÁTRIA AMADA BRASIL GOVERNO FEDERAL

Colegio de Nutriología de México

COLEGIO DE GRADUADOS EN NUTRICIÓN SEGUNDA CIRCUNSCRIPCIÓN

LAFH UNIFESP | Liga académica de fisiología humana



Asociación SOCIEDAD COLOMBIANA DE CARDIOLOGÍA & CIRUGÍA CARDIOVASCULAR

Grupo de Nutrición Cardiovascular

Sociedad Panameña de Cardiología 1969

NCI Nutrición Completa Innovadora

Fundación Colombiana del Corazón

COLNUD Colegio Colombiano de Nutricionistas Dietistas

certifican que

Sonia Esther Martínez Lastre

asistió al

I Simposio Internacional de Nutrición Cardiovascular
II Simposio Nacional de Nutrición Cardiovascular

Abril 15-16 y 17 2021

Temistocles Diaz

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura
Otorgan el presente certificado a:

sonia esther martinez lastre

Por haber aprobado el curso de autoaprendizaje: **"Hacia la promoción de Sistemas agroalimentarios inclusivos: Mecanismos y programas de adquisición de alimentos de la Agricultura familiar"**, con una dedicación de 20 horas cronológicas.

En testimonio de lo anterior, se firma el presente
8 de febrero de 2019.

Sr. Julio Berdegué
Subdirector General
Representante Regional de la FAO
para América Latina y el Caribe

Sra. Marisa Caipo
Oficial Responsable (a.i.)
Programa Estratégico 4
Sistemas Agroalimentarios
Inclusivos y Eficientes

Núcleo de Capacitación
en Políticas Públicas
Oficina Regional de la FAO para América Latina y el Caribe

iniciativa AMÉRICA LATINA Y CARIBE SIN HAMBRE

MINISTERIO DE ASUNTOS EXTERIORES Y DE COOPERACIÓN

aecid

Cooperación Española

qr31xfRpXJ

Libertad y orden
REPÚBLICA DE COLOMBIA

El Servicio Nacional de Aprendizaje SENA

En cumplimiento de la Ley 119 de 1994

Hace constar que

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

Con Cedula de Ciudadania No. 1102821474

Cursó y aprobó la acción de Formación

NUTRICION Y ALIMENTACION EN EL DESARROLLO HUMANO

con una duración de 40 horas

En testimonio de lo anterior, se firma el presente en Bogotá, a los diez (10) días del mes de septiembre de dos mil dieciocho (2018)

Firmado Digitalmente por
GERARDO ARTURO MEDINA ROSAS
SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE
Autenticidad del Documento
Bogotá - Colombia

GERARDO ARTURO MEDINA ROSAS
SUBDIRECTOR
CENTRO DE FORMACION DE TALENTO HUMANO EN SALUD
REGIONAL DISTRITO CAPITAL

54893401 - 10/09/2018
FECHA REGISTRO

La autenticidad de este documento puede ser verificada en el registro electrónico que se encuentra en la página web http://certificados.sena.edu.co, bajo el número 9403001750439CC1102821474C.

REGIONAL DISTRITO CAPITAL

EL CENTRO DE FORMACION DE TALENTO HUMANO EN SALUD

CERTIFICA

Que SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE identificado(a) con Cedula de Ciudadania No 1102821474 de Sincelejo, realizó y aprobó el curso de NUTRICION Y ALIMENTACION EN EL DESARROLLO HUMANO con una intensidad horaria de Cuarenta (40) y obtuvo una evaluación Apto (A) con una equivalencia de (4.5).

Equivalencia de Evaluaciones:

D: Reprobó
A: Aprobó

Se expide en Bogotá, a los diez (10) días del mes de septiembre de dos mil dieciocho (2018)

Firmado Digitalmente por
GERARDO ARTURO MEDINA ROSAS
SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE
Autenticidad del Documento
Bogotá - Colombia

GERARDO ARTURO MEDINA ROSAS
SUBDIRECTOR CENTRO DE FORMACION DE TALENTO HUMANO EN SALUD
REGIONAL DISTRITO CAPITAL

La autenticidad de este documento puede ser verificada en el registro electrónico que se encuentra en la página web http://certificados.sena.edu.co, bajo el número 9403001750439CC1102821474E.

MINISTERIO DE DEFENSA NACIONAL
POLICÍA NACIONAL

DEPARTAMENTO DE POLICÍA CAQUETÁ

Sonia Esther Martínez Lastre

Cédula de Ciudadanía Número 1.102.821.474 de Sincelejo Sucre
Participó, cursó y aprobó la formación :

PROMOTOR (A) DE CONVIVENCIA Y SEGURIDAD CIUDADANA

Realizado en Cartagena del Chaira - Caquetá del 10 al 19 de junio de 2018 Con una intensidad de 18 horas
En constancia se firma el presente certificado a los 19 días de junio de 2018

Patrullera Olga Viviana Sánchez Hernández
Gestor de Prevención y Educación Ciudadana

Subteniente. Gabriel Mauricio Quesada Perdomo
Comandante de Estación Policía Cartagena Del Chaira

colombia renace
POSCONFLICTO

de cero a Siempre
ATENCIÓN INTEGRAL A LA PRIMERA INFANCIA

GOBIERNO DE COLOMBIA

En el marco de la ejecución del Plan Intersectorial del Acuerdo de Paz para la Atención Integral de la Primera Infancia.

Coldeportes certifica que:

Sonia Esther Martinez Lastre

C.C 1102821474

Participó en el proceso de cualificación Recréate y Juégatela por la Paz: "MANDALAVIDA"

Realizado en Florencia, Caqueta, los días 13, 14 y 28 del mes de Julio de 2018, con una intensidad de 50 horas, 24 presenciales y 26 de acompañamiento situado.

DIANA DUQUE GIRALDO
Coordinadora de Recreación - Coldeportes

*El proceso de cualificación se llevó a cabo a través del Contrato No.782 de 2018 entre el PA - Fondo Colombia en Paz y la Fundación Promoción y Gestión Social con el acompañamiento técnico de Coldeportes.

*Los contenidos técnicos impartidos en el proceso cuentan con el aval del Instituto de Pensamiento y Cultura en América Latina y el Caribe.

Asociación Colombiana de Gastroenterología
Fundada en 1947

Organización Panamericana de Gastroenterología

Certificado de Finalización

Otorgado a:

Sonia Martinez Lastre

Por haber aprobado los 10 Módulos del Curso Virtual
GUÍAS DE PRÁCTICA CLÍNICA EN GASTROENTEROLOGÍA
GPC - Gastro

Realizado en la ciudad de Bogotá, con una intensidad de 50 Horas
2017 - 2018

en constancia firman:

LUIS FERNANDO PINEDA, MD
Presidente ACG 2015-2017

LUIS CARLOS SABBAGH, MD
Presidente OPGE 2014-2016

MARTHA CECILIA ROSAS, MD
Secretaria ACG 2015-2017

MÓDULOS:

1. ERGE |2.Helicobacter Pylori |3.Dispepsia en Adultos |4.Cáncer Gastrico |5.Intestino Irritable |6.Estreñimiento Crónico Funcional |7.Tamizacion de Cáncer Colorrectal |8.Colitis Ulcerativa en Adultos |9.Enfermedad Hepatica Grasa no alcoholica |10.Uso del Ultrasonido Endoscopico en Pancreatitis Cronica y lesiones de Pancreas

Cafam Salud

10° Versión CONGRESOS DE LA SALUD-

Autocuidado, es prevención

Certifica que:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

Asistió como

PARTICIPANTE

A la **10ª versión Congresos de la Salud,** realizado del **28 al 30 de septiembre de 2017,**
con una intensidad horaria de 24 horas en el Hotel y Centro de Convenciones Kualamaná, Melgar - Tolima.

Gabriel Quiñones Suaréz
Subdirector Salud Cafam

Liliana Contreras Lara
Coordinadora General Congresos de la Salud Cafam

Daniel Augusto Valderrama Acevedo
Coordinador Científico Congresos de la Salud Cafam

Con el aval de:

SCP Sociedad Colombiana de Pediatría

Fundación Universidad Cafam

VIGILADO SuperSubsidio

UNIVERSIDAD DEL SINÚ
Elías Bechara Zainúm
Seccional Cartagena

SOCIEDAD COLOMBIANA DE CARDIOLOGIA Y CIRUGIA CARDIOVASCULAR

Fundación Colombiana del Corazón

Certifican que:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

asistió al

SEMINARIO LA CULTURA DEL CUIDADO

El Seminario tuvo 8 horas de programación académica

YOLANDA VARGAS BERNETT ND.
Directora Escuela de Nutrición y Dietética
Universidad del Sinú - Cartagena

ALEXIS LLAMAS JIMENEZ MD.
Presidente
Fundación Colombiana del Corazón

Cartagena de Indias, mayo 4 de 2017

14 CONGRESO COLOMBIANO DE ENDOCRINOLOGIA DIABETES Y METABOLISMO

De la Investigación Hasta el Consultorio

LA ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE ENDOCRINOLOGIA DIABETES Y METABOLISMO

Certifica que

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

Asistió en calidad de

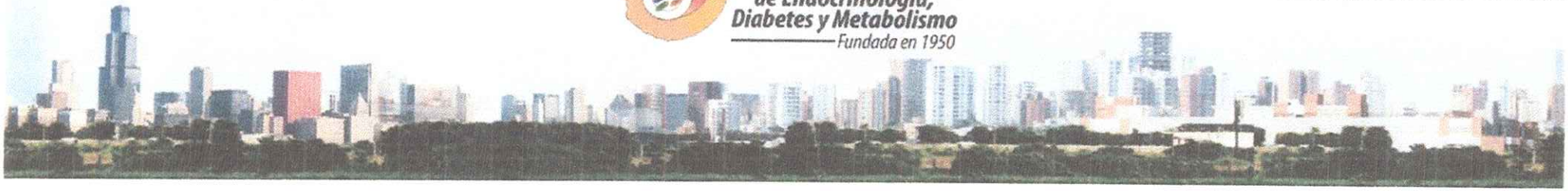
Participante

Durante el 14 Congreso Colombiano de Endocrinología, Diabetes y Metabolismo, celebrado en el Centro de Convenciones Puerta de Oro de Barranquilla, del 25 al 28 de mayo de 2017, con una intensidad de 32 horas.
(150 Créditos - Educación Continuada)

PEDRO NEL RUEDA PLATA, MD
Presidente
ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE ENDOCRINOLOGÍA DIABETES Y METABOLISMO

Asociación Colombiana de Endocrinología, Diabetes y Metabolismo
Fundada en 1950

CARLOS ALBERTO CURE CURE, MD
Presidente 14 Congreso
ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE ENDOCRINOLOGÍA DIABETES Y METABOLISM



XVII SIMPOSIO INTERNACIONAL DE NEUMOLOGÍA Y ALERGIA PEDIÁTRICA

INVESTIGACION Y CLINICA

1+2=3



A.C.N.P.



Grupo de Investigación Niños Heroicos

Asociación Colombiana de Alergia Asma e Inmunología

DEPARTAMENTO DE PEDIATRIA
UNIVERSIDAD DE CARTAGENA

Clínica Respiratoria y de Alergias

CERTIFICA QUE

SONIA MARTINEZ LASTRE

ASISTENTE

PARTICIPO EN EL XVII SIMPOSIO INTERNACIONAL DE NEUMOLOGÍA Y ALERGIA PEDIÁTRICA
REALIZADO EN CARTAGENA LOS DIAS 28 Y 29 DE ABRIL DE 2017

DR. JOSÉ MIGUEL ESCAMILLA ARRIETA
PRESIDENTE
XVII SIMPOSIO

DR. HERNANDO PINZÓN
JEFE DPTO. PEDIÁTRIA
UNIVERSIDAD DE CARTAGENA

Organización Panamericana de Gastroenterología

Asociación Colombiana de Gastroenterología

Gastro·Colombia

Semana Panamericana de las Enfermedades Digestivas (SPED)

Asociación Colombiana de Endoscopia Digestiva

Semana Panamericana de Enfermedades Digestivas Gastro-Colombia 2016

Certificamos que la

Dr. Sonia Esther Martinez Lastre

ha participado en calidad de

ASISTENTE en el
Curso "Helicobacter Pylori"

en la Semana Panamericana de Enfermedades Digestivas realizada del 10 al 13 de Septiembre de 2016, en el Centro de Convenciones sede Cartagena de Indias, Colombia.

Dr. Luis C. Sabbagh, FASGE
Presidente Semana Panamericana de las Enfermedades Digestivas. SPED
Presidente Organización Panamericana de Gastroenterología. OPGE
Chairman SPED - OPGE

Dr. Fabian Emura, PhD, FASGE
Presidente Asociación Interamericana de Endoscopia Digestiva. SIED
Chairman SIED

SOCIEDAD COLOMBIANA DE CARDIOLOGIA Y CIRUGIA CARDIOVASCULAR

Fundación Colombiana del Corazón

Fundación Universitaria TECNOLÓGICO COMFENALCO

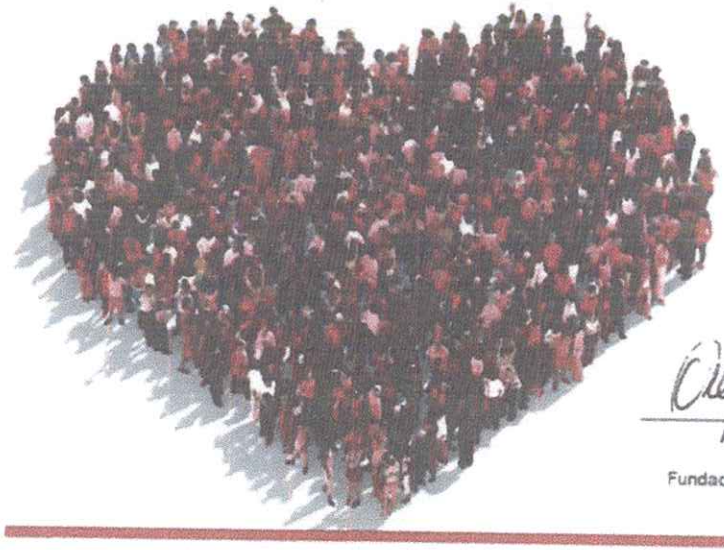
Gesmed
SISTEMAS INTEGRADOS EN MEDICINA LABORAL

Certifican que:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

asistió al

SEMINARIO LA CULTURA DEL CUIDADO



ALEXIS LLAMAS MD.
Presidente
Fundación Colombiana del Corazón

ALBERTO CASTAÑO GÓMEZ
Jefe de Seguridad y Salud en el Trabajo
Fundación Universitaria Tecnológico Comfenalco

INGRID RUIDIAZ GÓMEZ
Gerente
GESMED

I SIMPOSIO REGIONAL DE LACTANCIA MATERNA 2016 CARTAGENA DE INDIAS

E.S.E. CLINICA DE MATERNIDAD RAFAEL CALVO C.

LACTANCIA MATERNA
CLAVE PARA EL DESARROLLO SOSTENIBLE

Certifica que

SONIA MARTINEZ LASTRE

Identificado(a) con C.C. # **1.102.821.474**

Asistió al I SIMPOSIO REGIONAL DE LACTANCIA MATERNA

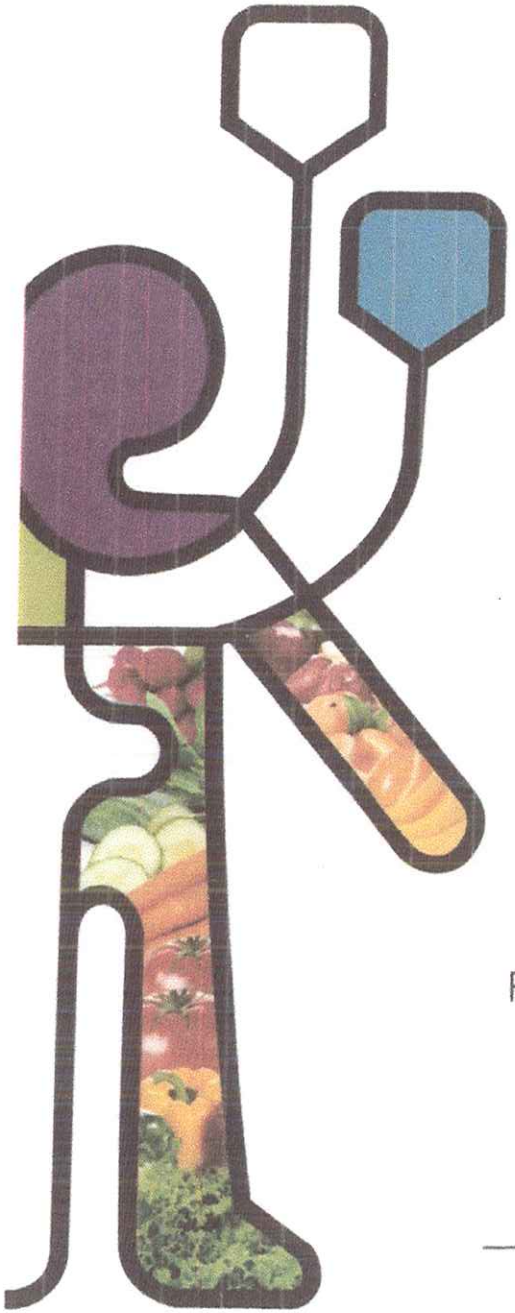
Con una intensidad de 9 HORAS

Dado en C/gena a los 26 días del mes de Agosto de 2016

Ana Yepes Barreto
Coord. Banco de Leche Humana
ESE. Clinica de Maternidad
Rafael Calvo

Dora Pizarro Ramirez
Presidenta de Sociedad de
Pediatría de Bolivar

Almacenes Éxito · MUTUAL SER · Fundación SERSOCIAL · Universidad de Cartagena · Sociedad Colombiana de Pediatría



ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE NUTRICIÓN CLÍNICA

CERTIFICA

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

Asistió en calidad de: PARTICIPANTE

XXX CONGRESO ANUAL

"Hacia la nutrición integral"

Realizado en la ciudad de Cartagena en el Centro Internacional de Convenciones y Exposiciones Hotel las Américas los días 19, 20 y 21 de Mayo de 2016.

Adriana Edith Amaya Camargo ND
Presidente

Lilian Osorio Pedreros ND
Secretaria Ejecutiva

UNIVERSIDAD DE LA AMAZONIA

FACULTAD DE CIENCIAS BÁSICAS Y
FACULTAD DE INGENIERIA

Grupo de calidad de café y cacao- 3C

Certifica que:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

Doc. No. 1102821474

Asistió al I TALLER DE CAFÉS ESPECIALES,
Realizado en la ciudad de Florencia, a los 19 días del mes de octubre de 2011,
con una intensidad de ocho (08) horas.

CARLOS AUGUSTO RAMIREZ GIL
DECANO
FACULTAD DE INGENIERIA

ALBERTO FAJARDO OLIVEROS
DIRECTOR DEL GRUPO DE CALIDAD DE CAFÉ Y
CACAO -3C

CERIF

CENTRO REGIONAL DE INVESTIGACION , PROMOCION , PREVENCION Y REHABILTACION EN FISIOTERAPIA.

C E R T I F I C A

Que : **Sonia Martinez Castre.**

Identificado con CC Nº 1.102.821.474

Asistiò al **SEMINARIO - TALLER "TECNICAS ALTERNATIVAS PARA EL MANEJO DEL PACIENTE CON OBESIDAD E HIDRATACION CORPORAL".**

Realizado los dias 25 y 26 de abril de 2008 en la ciudad de sincelejo

Pta .Olga Navarro tejeda

CENTRO EDUCATIVO REGIONAL DE SUCRE
"CERS"

Aprobación Oficial, Resolución 1337/2001,2077/03,3158/03 S.E.D, 5821/2006 SEM

CERTIFICA QUE

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

C.C Nº 1.102.821.474 de Sincelejo - Sucre

Asistió al Seminario Taller

ACTITUD DEL VISITADOR MEDICO

Con una Intensidad de 8 Horas

Dado en Sincelejo a los 2 días del mes de Noviembre de 2007

LUZ [illegible] OJEDA PETRO
Directora

KATRINA MARIA MENDOZA TEHERAN
Coordinadora Académica

JULIO CESAR TAPIA PATERNINA
Conferencista

REPÚBLICA DE COLOMBIA

El Servicio Nacional de Aprendizaje SENA

En cumplimiento de la Ley 119 de 1994

Hace Constar que

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

Con Tarjeta de Identidad No. 87.102.965.130

Cursó y aprobó la acción de Formación

INFORMATICA BASICA

Con una duración de 80 Horas

En testimonio se firma en Sincelejo a los Nueve (9) días del mes de Mayo de Dos Mil Seis (2006)

NELSON CONTRERAS BOGOTA
DIRECTOR DEL CENTRO AGROINDUSTRIAL DE SINCELEJO
SENA

SGC2006AP00183 09/05/2006
No. Y FECHA DE REGISTRO

EL SUSCRITO REPRESENTANTE LEGAL

CERTIFICA QUE:

Que la señora **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** identificada con cedula de ciudadanía No. 1.102.821.474 de Sincelejo Sucrre, Ejecuto contrato de prestación de servicios CDPP N° 007 desde el 06 de marzo hasta 04 de julio de 2023 con objeto contractual **PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES COMO NUTRICIONISTA DEL CENTRO VIDA JESÚS DE LA BUENA ESPERANZA EN EL MARCO DEL CONVENIO DE ASOCIACIÓN N°002 DE 2023, SUSCRITO ENTRE EL MUNICIPIO DE EL DONCELLO Y LA CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL (CORTUNIVERSAL).**

La presente se expide a solicitud del interesado a los veinticuatro (24) días del mes de agosto del dos mil veinte tres (2023)

PEDRO DE JESÚS LONDOÑO MEDINA
C.C 17.783.326 de Doncello-Caquetá
Representante Legal

EL SUSCRITO REPRESENTANTE LEGAL DE LA FUNDACION EL CHAIRA SEMILLAS Y ESPERANZA

CERTIFICA

Que SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE identificado con cédula de ciudadanía No 1.102.821.474 de Sincelejo, labora como nutricionista en el centro vida del Municipio de Cartagena del chaira – Caquetá, mediante el contrato de prestación de servicios profesionales.

ITEM	NUMERO DEL CONTRAT	OBJETO DEL CONTRATO	FECHA DE INICIO	FECHA DE TERMINACION	OBSERVACION
1	112	**"PRESTAR LOS SERVICIOS PERSONALES COMO NUTRICIONISTA DIETÉTICA EN EL CENTRO VIDA DEL ADULTO MAYOR BIBIANO BONILLA GALARZA DEL MUNICIPIO DE CARTAGENA DEL CHAIRA, CAQUETÁ"**	30 DE ENERO DE 2022	30 DE DICIEMBRE DE 2022	N/A

Con un total de TRESCIENTOS CINCUENTA Y DOS (352) horas de servicio Profesional como Nutricionista Dietista, realizando actividades de Evalucion Nutricional, tamizaje, elaboracion y seguimiento al cumplimiento de la minuta diseñada para los usuarios, ademas capacitaciones en habitos y estilo de vida saludable, alimentacion y nutricion en el adulto mayor, prevencion de enfermedades cronicas y promocion de una alimentacion adecuada en cantidad y calidad.
De igual forma, el servicio que ha prestado a nuestra entidad ha sido excelente, cumplimiento y obteniendo siempre un buen desempeño en las tareas asignadas.

Para constancia se firma a los 30 días del mes de diciembre del año 2022.

Cordialmente,



BERTULFO SÁNCHEZ RAMÍREZ
C.C. N° 96.354.815 expedida en Doncello, Caquetá
Celular**:** 3103403669
E-MAIL: bertulfosanchez1978@gmail.com
Representante Legal de la Fundación
El Chaira Semilla y Esperanza
Nit: 900.699.597-1

LA SUSCRITA REPRESENTANTE LEGAL
DE LA ASOCIACIÓN DE PADRES DE FAMILIA Y VECINOS DEL HOGAR INFANTIL SAN JOSE DEL FRAGUA

CERTIFICA:

Que la señora **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE**, identificada con cedula de ciudadanía N° 1.102.821.474 expedida en Sincelejo, se ha desempeñado como Prestación de servicios Profesionales como **NUTRICIONISTA** en la modalidad Hogar Infantil en el municipio de San José del Fragua Caquetá en los periodos relacionados:

CARGO	FECHA DE INICIO	FECHA DE TERMINACIÓN	TIPO DE CONTRATO
Nutricionista	24/01/2022	31/05/2022	Contrato Prestación De Servicios

1. Elaborar e implementar el manual de buenas prácticas de manufactura para el servicio de alimentación del servicio.
2. Elaborar Diagnostico Nutricional Individual de los niños y niñas atendidos en el servicio, bajo los parámetros establecidos por el ICBF.
3. Realizar control trimestral del estado nutricional de los niños y niñas mediante la toma de medidas antropométricas (4 tomas nutricionales en el año).
4. Realizar control mensual a los niños y niñas que presenten malnutrición.
5. Elaborar el Boletín Informativo por toma, así como el informe semestral (Comparativo).
6. Elaborar el plan de intervención individual para los niños y niñas que presenten malnutrición, acorde a las directrices del ICBF

7. Realizar visita a cada una de las instalaciones de los Hogares Infantiles para verificar condiciones del Servicio de Alimentos mínimo dos veces al año.
8. Realizar el proceso de asesoría y capacitación permanente a las manipuladoras de alimentos para la estandarización de las porciones utilizadas y servidas.
9. Diseñar e implementar los mecanismos de capacitación y control a manipuladoras para garantizar la calidad e inocuidad de los alimentos ofrecidos en el servicio.
10. Realizar el proceso de asesoría y capacitación tanto para funcionarios como para los Padres de Familia del Hogar Infantil que permitan tomar acciones preventivas para la salud y nutrición de los niños y niñas.

Dado en San José del Fragua, Caquetá, a los seis (06) días del mes de junio del año dos mil veintidós (2022).

Lizek Torres

LIZEK YULIEK TORRES RAYO
Representante Legal
Hogar Infantil San José del Fragua

ASOCIACION DE MUJERES PRODUCTORAS
DE CARNICOS DEL CAQUETA
NIT. 828001725-1

Florencia-Caquetá 31 de diciembre de 2021

LA ASOCIACION DE MUJERES PRODUCTORAS DE CARNICOS DEL CAQUETA "ASOMUPCAR"

CERTIFICA:

Qué; la Señora **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** identificada con cedula de ciudadanía N° 1102821474, prestó sus servicios en nuestra Asociación desempeñando sus funciones Como **Nutricionista** en el Centro de Desarrollo Infantil- Manitas Creativas, Caminos de Luz y Desarrollo Infantil en Medio Familiar del Municipio de Puerto Rico – Caquetá; en el marco del desarrollo del contrato de Aportes N° 1800085, entre el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar **(ICBF)** y la Asociación de Mujeres Productoras de Cárnicos del Caquetá – **ASOMUPCAR:**

CONTRATO	CARGO	TIEMPO DE SERVICIO	HONORARIOS TOTAL
CPS-138	Nutricionista	09 DE JUNIO Y HASTA EL 31 DE AGOSTO 2021	$6.013.333°°
OTROSÍ N°01	Nutricionista	01 DE SEPTIEMBRE Y HASTA EL 31 DE DICIEMBRE 2021	$8.800.000°°

Funciones:

1. Elaborar el ciclo de menús o la minuta concertada en caso de grupos étnicos, de acuerdo a la minuta patrón establecida por el ICBF incluyendo cantidades diarias de cada alimento por beneficiario y por grupo de edad.
2. Elaborar o coordinar la elaboración con el profesional idóneo las listas de intercambio de alimentos de acuerdo a los hábitos de consumo regional y alimentos que se encuentren en cosecha.
3. Realizar control trimestral del estado nutricional de los niños y niñas mediante la toma de medidas antropométricas.

4. Realizar control mensual a los menores de 2 años o a los niños y niñas que presenten desnutrición o riesgo de sufrirla.

5. Participar en el diseño del plan de acompañamiento pedagógico, para la implementación de la modalidad, acordes con el proyecto pedagógico del ICBF, las características de la modalidad y las condiciones particulares de la comunidad, agentes educativos y las familias.

6. Conocer y participar en la construcción de la Ruta Integral de Atención con el objeto poder identificar al equipo profesional y a las mismas familias sobre las deficiencias detectadas.

7. Identificar necesidades y situaciones de salud individuales de los niños.

8. Elaborar el diagnóstico situacional y tener como punto de referencia la Ruta Integral de Atenciones para iniciar el diseño de los mecanismos de articulación, atención y gestión que buscan asegurar que los niños y las niñas puedan acceder al más alto nivel de salud.

9. Implementar acciones de promoción y prevención de la salud.

10. Elaborar e implementar el manual de buenas prácticas de manufactura para el servicio de alimentación de la unidad de servicio.

11. Verificar la calidad y cantidad de los productos adquiridos para el servicio de alimentación.

12. Participar en las estrategias de planeación, seguimiento y evaluación de la modalidad.

13. Procurar la consecución oportuna de los recursos necesarios para una garantizar una adecuada atención de la modalidad.

14. Utilizar los protocolos de seguimiento a la garantía de derechos.

15. Elaborar el diagnóstico nutricional de los niños y niñas atendidos en el servicio, bajo los parámetros establecidos por el ICBF.

16. Realizar el proceso de asesoría y capacitación permanente a las manipuladoras de alimentos para la estandarización de las porciones utilizadas y servidas.

17. Participar en las capacitaciones que cualifiquen la atención en el área de salud y nutrición y todos los procesos pedagógicos que apliquen al área.

18. Diseñar e implementar los mecanismos de capacitación y control a manipuladoras para garantizar la calidad e inocuidad de los alimentos ofrecidos en el servicio de alimentación.

19. Capacitar al personal docente para la detección temprana de factores de riesgo en salud pública que permita tomar acciones preventivas y activar la red de servicios.

20. Garantizar la capacitación el personal en primeros auxilios.

21. Dar a conocer a las familias la ruta integral de atenciones en primera infancia y la ruta de acción en caso de vulneración de los derechos de las niñas y niños.

22. Brindar asesoría permanente a los cuidadores sobre adecuados hábitos de higiene y manipulación de alimentos, en el hogar.

23. Orientar sobre aspectos nutricionales a las madres gestantes y lactantes.

24. Identificar las necesidades de formación a las familias de acuerdo con las prácticas de nutrición observados en las visitas familiares.

25. Acompañar y orientar las acciones educativas de los padres, madres y personas significativas en la crianza y cuidado de los niños y niñas en las condiciones de su hogar y entorno social inmediato.

26. Dar a conocer a las familias que es el POS y que tienen derecho sus hijos.

27. Incentivar la participación de las familias en los encuentros formativos y reforzar y hacer seguimiento a la apropiación de los aprendizajes construidos durante los mismos, identificando los logros y dificultades.

28. Para el caso de la modalidad familiar, realizar visitas de acompañamiento al hogar, en coordinación con el equipo de la modalidad.

29. Sostener comunicación permanente con los padres, madres o adultos responsables de los niños y niñas con el fin de identificar las situaciones

favorables al desarrollo y promover el restablecimiento de derechos cuando estos sean afectados por inobservancia, amenaza o vulneración.

30. Fomentar el desarrollo de actividades pedagógicas en los que niñas y niñas conocen y quieren su cuerpo.

31. Tener registro de la evolución del estado nutricional de cada beneficiario en las curvas de crecimiento y diligenciar el cartel de crecimiento.

32. Elaborar el plan de intervención individual para los niños y niñas que presenten malnutrición. El Plan deberá estar acorde a las directrices del ICBF.

33. Organizar y sistematizar información sobre las acciones adelantadas con los niños, niñas, familias y comunidades.

Dada en Florencia Caquetá el 31 de diciembre de 2021, con destino al interesado. Para confirmar la veracidad de esta certificación comunicarse al 3143904349 o al correo asomupcar.th@gmail.com área de Talento Humano.

BEATRIZ HELENA RODRIGUEZ RENGIFO
Representante Legal-Asomupcar

ASOCIACION DE MUJERES PRODUCTORAS
DE CARNICOS DEL CAQUETA
NIT. 828001725-1

Florencia-Caquetá 31 de diciembre de 2021

LA ASOCIACION DE MUJERES PRODUCTORAS DE CARNICOS DEL CAQUETA "ASOMUPCAR"

CERTIFICA:

Qué; la Señora **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** identificada con cedula de ciudadanía N° 1102821474, prestó sus servicios en nuestra Asociación desempeñando sus funciones Como **Nutricionista** en el Centro de Desarrollo Infantil- Creciendo con Alegría y Pléyade de Sueños del Municipio de Florencia – Caquetá; en el marco del desarrollo del contrato de Aportes N° 1800084, entre el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar **(ICBF)** y la Asociación de Mujeres Productoras de Cárnicos del Caquetá – **ASOMUPCAR:**

CONTRATO	CARGO	TIEMPO DE SERVICIO	HONORARIOS TOTAL
CPS-139	Nutricionista	09 DE JUNIO Y HASTA EL 31 DE AGOSTO 2021	$3.826.667°°
OTROSÍ N°01	Nutricionista	01 DE SEPTIEMBRE Y HASTA EL 31 DE DICIEMBRE 2021	$5.600.000°°

Funciones:

1. Elaborar el ciclo de menús o la minuta concertada en caso de grupos étnicos, de acuerdo a la minuta patrón establecida por el ICBF incluyendo cantidades diarias de cada alimento por beneficiario y por grupo de edad.

2. Elaborar o coordinar la elaboración con el profesional idóneo las listas de intercambio de alimentos de acuerdo a los hábitos de consumo regional y alimentos que se encuentren en cosecha.

3. Realizar control trimestral del estado nutricional de los niños y niñas mediante la toma de medidas antropométricas.

4. Realizar control mensual a los menores de 2 años o a los niños y niñas que presenten desnutrición o riesgo de sufrirla.

5. Participar en el diseño del plan de acompañamiento pedagógico, para la implementación de la modalidad, acordes con el proyecto pedagógico del ICBF, las características de la modalidad y las condiciones particulares de la comunidad, agentes educativos y las familias.

6. Conocer y participar en la construcción de la Ruta Integral de Atención con el objeto poder identificar al equipo profesional y a las mismas familias sobre las deficiencias detectadas.

7. Identificar necesidades y situaciones de salud individuales de los niños.

8. Elaborar el diagnóstico situacional y tener como punto de referencia la Ruta Integral de Atenciones para iniciar el diseño de los mecanismos de articulación, atención y gestión que buscan asegurar que los niños y las niñas puedan acceder al más alto nivel de salud.

9. Implementar acciones de promoción y prevención de la salud.

10. Elaborar e implementar el manual de buenas prácticas de manufactura para el servicio de alimentación de la unidad de servicio.

11. Verificar la calidad y cantidad de los productos adquiridos para el servicio de alimentación.

12. Participar en las estrategias de planeación, seguimiento y evaluación de la modalidad.

13. Procurar la consecución oportuna de los recursos necesarios para una garantizar una adecuada atención de la modalidad.

14. Utilizar los protocolos de seguimiento a la garantía de derechos.

15. Elaborar el diagnóstico nutricional de los niños y niñas atendidos en el servicio, bajo los parámetros establecidos por el ICBF.

16. Realizar el proceso de asesoría y capacitación permanente a las manipuladoras de alimentos para la estandarización de las porciones utilizadas y servidas.

17. Participar en las capacitaciones que cualifiquen la atención en el área de salud y nutrición y todos los procesos pedagógicos que apliquen al área.

18. Diseñar e implementar los mecanismos de capacitación y control a manipuladoras para garantizar la calidad e inocuidad de los alimentos ofrecidos en el servicio de alimentación.

19. Capacitar al personal docente para la detección temprana de factores de riesgo en salud pública que permita tomar acciones preventivas y activar la red de servicios.

20. Garantizar la capacitación el personal en primeros auxilios.

21. Dar a conocer a las familias la ruta integral de atenciones en primera infancia y la ruta de acción en caso de vulneración de los derechos de las niñas y niños.

22. Brindar asesoría permanente a los cuidadores sobre adecuados hábitos de higiene y manipulación de alimentos, en el hogar.

23. Orientar sobre aspectos nutricionales a las madres gestantes y lactantes.

24. Identificar las necesidades de formación a las familias de acuerdo con las prácticas de nutrición observados en las visitas familiares.

25. Acompañar y orientar las acciones educativas de los padres, madres y personas significativas en la crianza y cuidado de los niños y niñas en las condiciones de su hogar y entorno social inmediato.

26. Dar a conocer a las familias que es el POS y que tienen derecho sus hijos.

27. Incentivar la participación de las familias en los encuentros formativos y reforzar y hacer seguimiento a la apropiación de los aprendizajes construidos durante los mismos, identificando los logros y dificultades.

28. Para el caso de la modalidad familiar, realizar visitas de acompañamiento al hogar, en coordinación con el equipo de la modalidad.

29. Sostener comunicación permanente con los padres, madres o adultos responsables de los niños y niñas con el fin de identificar las situaciones

favorables al desarrollo y promover el restablecimiento de derechos cuando estos sean afectados por inobservancia, amenaza o vulneración.

30. Fomentar el desarrollo de actividades pedagógicas en los que niñas y niñas conocen y quieren su cuerpo.

31. Tener registro de la evolución del estado nutricional de cada beneficiario en las curvas de crecimiento y diligenciar el cartel de crecimiento.

32. Elaborar el plan de intervención individual para los niños y niñas que presenten malnutrición. El Plan deberá estar acorde a las directrices del ICBF.

33. Organizar y sistematizar información sobre las acciones adelantadas con los niños, niñas, familias y comunidades.

Dada en Florencia Caquetá el 31 de diciembre de 2021, con destino al interesado. Para confirmar la veracidad de esta certificación comunicarse al 3143904349 o al correo asomupcar.th@gmail.com área de Talento Humano.

BEATRIZ HELENA RODRIGUEZ RENGIFO
Representante Legal-Asomupcar

EL SUSCRITO REPRESENTANTE LEGAL DE LA FUNDACION EL CHAIRA SEMILLAS Y ESPERANZA

CERTIFICA

Que **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** identificado con cédula de ciudadanía No 1.102.821.474 de Sincelejo, labora como nutricionista en el centro vida del Municipio de Cartagena del chaira mediante el contrato de prestación de servicios profesionales.

ITEM	NUMERO DEL CONTRATO	OBJETO DEL CONTRATO	FECHA DE INICIO	FECHA DE TERMINACION	OBSERVACION
1	128	**"PRESTAR LOS SERVICIOS PERSONALES COMO NUTRICIONISTA EN EL CENTRO VIDA DEL ADULTO MAYOR BIBIANO BONILLA GALARZA DEL MUNICIPIO DE CARTAGENA DEL CHAIRA, CAQUETÁ"**	10 DE MARZO DE 2021	30 DE DICIEMBRE DE 2021	N/A

Para constancia se firma a los 15 días del mes de diciembre del año 2021

BERTULFO SÁNCHEZ RAMÍREZ
C.C. N° 96.354.815 expedida en Doncello, Caquetá
Celular**:** 3103403669
*E-MAIL**:** bertulfosanchez1978@gmail.com*
Representante Legal de la Fundación
El Chaira Semilla y Esperanza
Nit: 900.699.597-1

LA SUSCRITA REPRESENTANTE LEGAL

CERTIFICA QUE:

Que la señora **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** identificada con cedula de ciudadanía No. 1.102.821.474 de Sincelejo, Ejecuto contrato de prestación de servicios N°6-2020 desde el 16 de Junio del 2020 hasta 16 de Diciembre del 2020 con objeto contractual **PRESTAR SUS SERVICIOS COMO NUTRICIONISTA Y DIETETICA PARA DESARROLLAR ACTIVIDADES PROPIAS DEL CARGO EN EL CENTRO VIDA, EN EL MARCO DEL CONVENIO DE ASOCIACIÓN NRO. 001, SUSCRITO ENTRE EL MUNICIPIO DE ALBANIA Y LA UNIÓN TEMPORAL LLUVIA DE BENDICIONES.**

La presente solicitud se expide en Florencia - Caquetá, a los cinco (5) días del mes de abril del dos mil veintiuno (2021).

MARINA YALEIDY MARROQUINN JURADO
C.C 1.118.070.534 expedida en Valparaíso, Caquetá
Representante legal

LA SUSCRITA REPRESENTANTE LEGAL DE LA FUNDACION FRATERNIDAD

C E R T I F I C A:

Que, **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** , identificado con cedula de ciudadanía número 1.102.821.474, prestó sus servicios en la Fundación Fraternidad como, Nutricionista Dietista, en la Unidad de Servicio Nro. 2 de la Modalidad **"1000 DIAS PARA CAMBIAR EL MUNDO"** en los municipios de San José del Fragua, Montañita, Albania y Belén de los Andaquies , Departamento del Caquetá – , en la modalidad de contrato de Prestación de Servicios , dentro del marco legal de los contratos de aporte Nro. 181 de 2019 y 129 de 2020, celebrados con ICBF, cuyo objeto es: "*Desarrollar acciones a través de la Modalidad "1000 días para cambiar el mundo" que contribuyen al desarrollo integral de las niñas y de los niños en los primeros 1.000 días de vida (desde la gestación) a través de acciones en alimentos y nutricio, enmarcadas en su entorno familiar, para favorecer el desarrollo de sus capacidades que permita el ejercicio y disfrute de sus derechos*".

De acuerdo a las siguientes especificaciones

NRO DE CONTRATO DE APORTE	TIPO DEL CONTRATO	FECHA DE INICIO DEL CONTRATO	FECHA DE TERMINACION DEL CONTRATO	MOTIVO DE TERMINACION DEL CONTRATO	CARGO QUE DESEMPEÑA (O)
181	CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS	20 de Diciembre de 2019	31 de Marzo de 2020	VENCIMIENTO DE PLAZO	Nutricionista Dietista de la unidad 2 en los Municipio de San José del Fragua, Montañita, Albania y Belén de los Andaquies , Departamento del Caquetá
129	CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS	1 de Abril de 2020	30 de Septiembre de 2020	VENCIMIENTO DE PLAZO	Nutricionista Dietista de la unidad 2 en los Municipio de San José del Fragua, Montañita, Albania y Belén de los Andaquies , Departamento del Caquetá

Se expide la presente a petición del Interesado

Dada en Mocoa, Putumayo a los 13 días del mes de octubre de 2020

Atentamente:

LYDIA GAVIRIA GOMEZ
Representante Legal
Fundación Fraternidad

Fundacion Fraternidad

Servicio social y compromiso!

LA SUSCRITA REPRESENTANTE LEGAL DE LA FUNDACION FRATERNIDAD.

CERTIFICA:

Que, el(a) señor(a) **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE,** Identificado(a) con cedula de ciudadanía No. **1102821474,** Prestó sus servicios en la Fundación Fraternidad, de acuerdo a las siguientes actividades:

TIPO DE CONTRATO	FECHA DE INICIO CONTRATO	FECHA TERMINACIÓN	MOTIVO TERMINACIÓN CONTRATO	CARGO QUE DESEMPEÑA(O)	HONORARIOS PROFESIONALES + Aporte por Transporte
PRESTACION DE SERVICIOS	02 de Julio-2019	19 de Diciembre-2019	VENCIMIENTO DEL PLAZO	NUTRICIONISTA Modalidad **1000 Días para Cambiar el Mundo** Municipio: Morelia- Albania Belen de los Andaquies Contrato Nro.108= 2019	$2460999 + $219062

Se firma en Mocoa, a los diecinueve (19) días del mes Diciembre de 2019.

LYDIA GAVIRIA GOMEZ
Representante Legal

Proyecto-Lucy R.

Reviso: Carolina C.

Calle 4 No. 9-74 BARRIO KENNEDY MOCOA – PUTUMAYO
CORREO ELECTRONICO: funfraternidad@gmail.com- cel: 322 9451286

HOSPITAL DEPARTAMENTAL María Inmaculada E.S.E.

Nit. 891.180.098-5

EL DIRECTOR ADMINISTRATIVO DE TALENTO HUMANO

HACE CONSTAR:

*Que el(a) señor(a),**SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE,** identificado (a) con cédula No. 1.102.821.474, prestó sus servicios a la Institución mediante Contrato de Prestación de Servicios, realizando actividades como **NUTRICIONISTA** en los Servicios Consulta Externa, Madre Canguro, Hospitalizaciones, de la siguiente manera:*

N° CONTRATO	FECHA INICIO	FECHA TERMINACION
00695	02/05/2019	30/06/2019
00773	01/07/2019	31/08/2019
00923	01/09/2019	31/10/2019
01140	01/11/2019	31/12/2019

*Se expide a solicitud del(a) interesado(a) con destino a: **HOJA DE VIDA.***

Dada en Florencia Caquetá, a los 13 días de Noviembre de 2020.

MALLERLY GONZALEZ ARIAS

Director Administrativo de Talento Humano.

Elaboro: Auxiliar Administrativo

Fundación fraternidad

Servicio Social y Cumplimiento

LA REPRESENTANTE LEGAL DE LA FUNDACION FRATERNIDAD
NIT. 900.135.278-5

CERTIFICA:

Que la señora SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE, identificada con cédula de ciudadanía número 1102821474 prestó sus servicios profesionales como NUTRICIONISTA DIETISTA de la Modalidad 1.000 días para Cambiar el Mundo, desde 16/01/2018 hasta el 31/10/2018 en los municipios de El Paujil y Cartagena del Chairá Caquetá.

RESPONSABILIDADES GENERALES

1. Prestar sus servicios profesionales en la FUNDACION FRATERNIDAD como NUTRICIONISTA DIETISTA – de Unidad de Servicio de la Modalidad "1000 DIAS PARA CAMBIAR EL MUNDO" a ejecutarse en el Departamento del CAQUETA, de conformidad al contrato No. 332 cuyo objeto es "Desarrollar acciones a través de la Modalidad "1000 días para cambiar el mundo" que contribuyen al desarrollo integral de las niñas y de los niños en los primeros 1.000 días de vida (desde la gestación) a través de acciones en alimentos y nutricio, enmarcadas en su entorno familiar, para favorecer el desarrollo de sus capacidades que permita el ejercicio y disfrute de sus derechos".
2. Realizar la valoración del estado nutricional inicial para determinar el ingreso de las mujeres gestantes, niñas y niños.
3. Establecer un Plan de Intervención Individual en conjunto con el equipo interdisciplinario para la atención de cada beneficiario.
4. Elaborar e implementar junto con el profesional del área pedagógica el Programa de Educación Alimentaria y Nutricional.
5. Realizar el seguimiento nutricional a los beneficiarios con la periodicidad requerida por cada la fase de atención y teniendo en cuenta el Plan del Intervención Individualizado.
6. Brindar orientaciones y realizar acompañamiento a las mujeres gestantes beneficiarios en: Alimentación durante la gestación y Promoción de la Lactancia Materna.
7. Brindar orientaciones y realizar acompañamiento a las familias de las niñas y niñas beneficiarios en: Promoción de la Lactancia Materna, adecuada introducción de la alimentación complementaria, alimentación saludable, detección de signos clínicos de desnutrición.
8. Establecer la cantidad de alimento suplementario necesario para las niñas y niños beneficiarios en la fase de mejoramiento.
9. Brindar orientaciones individualizadas a las familias de las niñas y niños beneficiarios que reciben alimento suplementario, encaminadas a inicio del suministro, tolerancia, porciones, horarios de suministro, almacenamiento, conservación y manipulación.
10. Definir el momento para iniciar el suministro de la Ración Familiar para Preparar a las familias de las niñas y niños beneficiarios

Fundación fraternidad

Servicio Social y Cumplimiento

11. Apoyar la búsqueda activa de beneficiarios para el ingreso a la modalidad, analizando la situación nutricional de la población y priorizando las áreas geográficas de intervención.
12. Definir y realizar los estudios de caso para los beneficiarios que lo requieran.
13. Capacitar a los gestores y profesionales de la modalidad.
14. Dar cumplimiento a la Guia de Metrologia
15. Remitir al sector salud los casos de los beneficiarios que, por su situación requieren de intervenciones médicas.
16. Coordinar y monitorear las funciones del equipo humano a su cargo, promoviendo permanentemente la participación, innovación y formación del equipo.
17. Coordinar la sistematización de la información en el aplicativo cuéntame
18. Participar en las mesas de primera infancia del municipio.
19. Promover el restablecimiento de derechos cuando estos sean afectados por inobservancia, amenaza o vulneración.
20. Llevar un registro y documentar las acciones realizadas durante la atencion de los usuarios de su unidad de servicio.
21. Establecer alianzas interinstitucionales con entidades u organismos del municipio para promover el trabajo en red entre las familias y las organizaciones sociales y comunitarias.
22. Presentar informes de ejecución técnica, cuando asi se lo requiera.
23. Presentar informe de recepción, custodia y entrega de Bienestarina Más.
24. Presentar el informe de las visitas realizadas
25. Asi mismo resolver y responder oportunamente los requerimientos que le realice la Fundación y/o el ICBF, en desarrollo de la Modalidad, esta información debe presentarla a la Coordinación Técnica y/o Coordinador.
26. Velar por el principio de confidencialidad de la información que le sea entregada o a la que tenga acceso la EAS y/o Funcionario.

La presente certificación se expide en Florencia-Caquetá a los 08 días del mes de Noviembre de 2018 con destino a la HOJA DE VIDA.

LYDIA GAVIRIA GOMEZ

Para todas las entidades que requieran verificar la validez de la certificación laboral, puede contactarse al correo electrónico funfraternidad@gmail.com o al teléfono fijo (038) 4296786 Mocoa, Putumayo.

FUNDACIÓN FUNDAR

Nit: 900.725.751-1

CERTIFICA QUE:

La señora **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** identificada con cedula de ciudadanía No 1.102.821.474 expedida en Sincelejo, laboró en la Fundación Fundar desempeñando el cargo de **NUTRICIONISTA** en la Modalidad Hogares sustitutos desde el 01 de febrero del 2018 hasta 31 de mayo de 2018, estuvo vinculada mediante un contrato a término fijo inferior a un año, devengando un salario de Dos millones ochocientos mil pesos M/CTE ($2.800.000).

La presente se expide a solicitud de la interesada en Florencia Caquetá a los veintiocho (28) días del mes de enero del 2019.

OLGA LEONOR ARENAS DE SILVA
C.C 41.548.628
Representante Legal

Oficina Principal: CARRERA 8 No. 7 – 05 BRR.LA ESTRELLA – TEL. 4363096 - CEL. 3214529095 f.fundarflorencia@gmail.com – proteccionfundar@gmail.com olares41@hotmail.com FLORENCIA – CAQUETA

Sucursal: CARRERA 5 BIS No. 17-44 BRR. QUIRINAL. – TEL. 8722346 f.fundarneiva@hotmail.com NEIVA - HUILA

POLICÍA NACIONAL
DE COLOMBIA

Consulta en línea de Antecedentes Penales y Requerimientos Judiciales

La Policía Nacional de Colombia informa:

Que siendo las 06:44:02 PM horas del 30/08/2023, el ciudadano identificado con:
Cédula de Ciudadanía Nº **1102821474**
Apellidos y Nombres: **MARTINEZ LASTRE SONIA ESTHER**

NO TIENE ASUNTOS PENDIENTES CON LAS AUTORIDADES JUDICIALES
de conformidad con lo establecido en el artículo 248 de la Constitución Política de Colombia.

En cumplimiento de la Sentencia SU-458 del 21 de junio de 2012, proferida por la Honorable Corte Constitucional, la leyenda "NO TIENE ASUNTOS PENDIENTES CON LAS AUTORIDADES JUDICIALES" aplica para todas aquellas personas que no registran antecedentes y para quienes la autoridad judicial competente haya decretado la extinción de la condena o la prescripción de la pena.

Esta consulta es válida siempre y cuando el número de identificación y nombres, correspondan con el documento de identidad registrado y solo aplica para el territorio colombiano de acuerdo a lo establecido en el ordenamiento constitucional.

Si tiene alguna duda con el resultado, consulte las **preguntas frecuentes** o acérquese a las instalaciones de la **Policía Nacional** más cercanas.

DIJIN

Dirección: Avenida El Dorado # 75 – 25 barrio Modelia, Bogotá D.C.
Atención administrativa: Lunes a Viernes 8:00 am a 12:00 pm y 2:00 pm a 5:00 pm
Línea de atención al ciudadano: 5159700 ext. 30552 (Bogotá)
Resto del país: 018000 910 112
E-mail: dijin.araic-atc@policia.gov.co

CONTRALORÍA
GENERAL DE LA REPÚBLICA

LA CONTRALORÍA DELEGADA PARA RESPONSABILIDAD FISCAL , INTERVENCIÓN JUDICIAL Y COBRO COACTIVO

CERTIFICA:

Que una vez consultado el Sistema de Información del Boletín de Responsables Fiscales 'SIBOR', hoy miércoles 30 de agosto de 2023, a las 18:27:43, el número de identificación, relacionado a continuación, NO SE ENCUENTRA REPORTADO COMO RESPONSABLE FISCAL.

Tipo Documento	Cédula de Ciudadanía
No. Identificación	1102821474
Código de Verificación	1102821474230830182743

Esta Certificación es válida en todo el Territorio Nacional, siempre y cuando el tipo y número consignados en el respectivo documento de identificación, coincidan con los aquí registrados.

De conformidad con el Decreto 2150 de 1995 y la Resolución 220 del 5 de octubre de 2004, la firma mecánica aquí plasmada tiene plena validez para todos los efectos legales.

YEZID LOZANO PUENTES
Contralor Delegado

Generó: WEB

PROCURADURIA GENERAL DE LA NACION

CERTIFICADO DE ANTECEDENTES

CERTIFICADO ORDINARIO No. 230368598

PIB
18:31:01

Bogotá DC, 30 de agosto del 2023

La PROCURADURIA GENERAL DE LA NACIÓN certifica que una vez consultado el Sistema de Información de Registro de Sanciones e Inhabilidades (SIRI), el(la) señor(a) SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE identificado(a) con Cédula de ciudadanía número 1102821474:

NO REGISTRA SANCIONES NI INHABILIDADES VIGENTES

ADVERTENCIA: La certificación de antecedentes deberá contener las anotaciones de las sanciones o inhabilidades que se encuentren vigentes. Cuando se trate de nombramiento o posesión en cargos que exijan para su desempeño ausencia de antecedentes, se certificarán todas las anotaciones que figuren en el registro. (Artículo 238 Ley 1952 de 2019)

NOTA: El certificado de antecedentes disciplinarios es un documento que contiene las anotaciones e inhabilidades generadas por sanciones penales, disciplinarias, inhabilidades que se deriven de las relaciones contractuales con el estado, de los fallos con responsabilidad fiscal, de las decisiones de pérdida de investidura y de las condenas proferidas contra servidores, ex servidores públicos y particulares que desempeñen funciones públicas en ejercicio de la acción de repetición o llamamiento en garantía. **Este documento tiene efectos para acceder al sector público, en los términos que establezca la ley o demás disposiciones vigentes.** Se integran al registro de antecedentes solamente los reportes que hagan las autoridades nacionales colombianas. En caso de nombramiento o suscripción de contratos con el estado, es responsabilidad de la Entidad, validar la información que presente el aspirante en la página web: http://www.procuraduria.gov.co/portal/antecedentes.html

CARLOS ARTURO ARBOLEDA MONTOYA
Jefe División de Relacionamiento Con El Ciudadano

ATENCIÓN :
ESTE CERTIFICADO CONSTA DE 01 HOJA(S), SOLO ES VALIDO EN SU TOTALIDAD. VERIFIQUE QUE EL NUMERO DEL CERTIFICADO SEA EL MISMO EN TODAS LAS HOJAS.

Dra. Martha Luz Altamar de los Reyes
Médico especialista en gerencia de las organizaciones de la salud y gerencia de la seguridad y salud en el trabajo.
Carrera 2 e #32A 05 barrio el cundui . Florencia Caquetá. - E-mail. maralta69@yahoo.es



CONCEPTO MÉDICO OCUPACIONAL

N° 5.650

FECHA Y CIUDAD DE REALIZACIÓN DEL EXÁMEN				TIPO DE EXÁMEN MÉDICO OCUPACIONAL
23 DÍA	01 MES	2023 AÑO	FLORENCIA (CAQUETÁ, COLOMBIA) Ciudad	**EXAMEN MÉDICO OCUPACIONAL DE INGRESO CON ÉNFASIS OSTEOMUSCULAR**

DATOS DE LA EMPRESA DONDE LABORA, LABORARÁ O LABORO EL TRABAJADOR O ASPIRANTE

PARTICULARES	**PARTICULAR**
Nombre de la empresa	**Empresa en misión**

DATOS DEL TRABAJADOR / ASPIRANTE (Tipo de Documento de Identificación CC. Cedula de Ciudadanía, CE. Cedula de Extranjería, TI. Tarjeta de Identidad, PT. Pasaporte)

MARTINEZ LASTRE SONIA ESTHER	Genero	Edad	Documento de Identificación	
	FEMENINO	35 AÑOS 2 MESES 25 DÍAS	CC	1102821474
Apellidos y Nombres			Tipo	Número

Cargo
NUTRICIONISTA-DIETISTA

CONCEPTO DE APTITUD OCUPACIONAL
SIN DEFECTO FÍSICO NI ENFERMEDAD QUE INTERFIERA SU CAPACIDAD LABORAL PARA LA LABOR ASIGNADA

Observaciones: *NO APLICA*

N/A	NO SE EVALUARÓN REQUISITOS DE SALUD (Alturas, Espacios Confinados, Manipular Alimentos)

RESTRICCIONES LABORALES	**TIPO**	**RECOMENDACIONES**
SIN RESTRICCIONES	TEMPORAL	NO APLICA

El concepto de Aptitud se definió a partir de los siguientes exámenes practicados:

EXAMEN MÉDICO OCUPACIONAL DE INGRESO ✓	FICHA DE VALORACION OSTEOMUSCULAR ✓

RECOMENDACIONES MÉDICAS	RECOMENDACIONES OCUPACIONALES	HABITOS Y ESTILO DE VIDA SALUDABLES
	USO DE EPP	HÁBITOS SALUDABLES
	PÁUSAS ACTIVAS E HIGIENE POSTURAL	FORTALECIMIENTO MUSCULAR
		ACTIVIDAD FÍSICA AERÓBICA
		HACER DEPORTE
		DIETA BALANCEADA

OTRAS OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES

Consentimiento informado del Aspirante o Trabajador: autorizo al doctor(a) abajo mencionado a realizar mi examen médico ocupacional registrado en este documento. El doctor(a) abajo mencionado me ha explicado la naturaleza y propósito del examen. He comprendido y he tenido la oportunidad de analizar el propósito, los beneficios, la interpretación, las limitaciones, y riesgos del examen médico a partir de la asesoría brindada. Entiendo que la realización de este examen es voluntaria y que tuve la oportunidad de retirar mi consentimiento en cualquier momento. Fui informado de las medidas para proteger la confidencialidad de mis resultados. Las respuestas dadas por mí en este examen son completas y verídicas. Autorizo al doctor(a) para que suministre a las personas o entidades contempladas en la legislación vigente, la información registrada en este documento, para el buen cumplimiento del sistema de seguridad y salud en el trabajo y para las situaciones contempladas en la misma legislación, igualmente para que remitan la Historia Clínica a la EPS a la cual me encuentro actualmente afiliado. Finalmente manifiesto que he leído y comprendido perfectamente lo anterior y que todos los espacios en blanco han sido completados entes de mi firma y que me encuentro en capacidad de expresar mi consentimiento.

Médico

Firma:

Nombre: ALTAMAR ALTAMAR MARTHA LUZ

R. M.: 22639487 **L.S.O.:** LIC,0245 SEP/2017

Código de Seguridad **B704H1N5650**

Aspirante o Trabajador

Firma:

Nombre: MARTINEZ LASTRE SONIA ESTHER

CC: 1102821474

MiVacuna
Covid-19

www.minsalud.gov.co

La salud es de todos | Minsalud

MiVacuna

Certificado de vacunación

Nombres: Sonia Esther

Apellidos: Martinez

Documento de identidad: C.C. X T.I. Pasaporte PEP otro cuál

No. 1.102.821.474

Fecha de nacimiento: Día 29 Mes 10 Año 1907

Biológico	Dosis	Fecha	Fabricante	Lote	IPS vacunadora	Nombre vacunador	Cédula del vacunador
COVID-19	1	02-06-21	PFIZER	FA5893	Sinergia	Luz Arelis Cortes Dussan AUX. DE ENFERMERIA C.C. 40.613.024 REG. PAR 1220	40613024
	2	13-7-21	Pfizer	FA9100	Sinergia	Paola Blanco	1143520009
					9 Julio		11-10

Powered by CamScanner

INSTITUTO UNIVERSITARIO VIVE SANO

REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL
INSTITUTO UNIVERSITARIO VIVE SANO

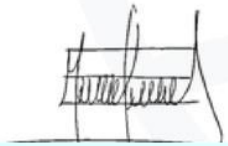
EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,
INSTITUTO UNIVERSITARIO VIVE SANO CERTIFICA QUE:

Sonia Esther Martinez Lastre

Documento de identidad:

1102821474

Aprobó el "**Diplomado Nutrición Clínica:**
Un Abordaje Multidisciplinario en el Ciclo Vital".
Modalidad On-Line, realizado entre el 12 de octubre de 2020 al 28 de mayo de 2021.
Con un total de 326 horas académicas. Teniendo una asistencia del 100%. Obteniendo una calificación de 4.5/5







Cursos de Extensión
Área de Educación y Coordinación Académica
Certificado registrado sobre el libro 45, folio 1, pág. 99

São Paulo, 2 de Agosto de 2021

INSTITUTO UNIVERSITARIO VIVE SANO

TEMARIO

Módulo 1
Bases de la Bioquímica Nutricional

Módulo 2
Fisiología y Fisiopatología Aplicada a la Nutrición

Módulo 3
Nutrición Clínica Pediátrica

Módulo 4
Nutrición Clínica del Adulto

Módulo 5
Nutrición Clínica del Adulto Mayor

Módulo 6
Cuidados Nutricionales en el Paciente Crítico

Módulo 7
Nutrición Renal

Con el respaldo de:

NUTRI comparte .com

Colegio de Graduados en Nutrición 1.ª CIRCUNSCRIPCIÓN SANTA FE

UNIVERSIDAD SEK CHILE SER MEJORES

COLEGIO DE NUTRICIONISTAS UNIVERSITARIOS DE CHILE A.G.

ANNE Ecuador

PÁTRIA AMADA BRASIL GOVERNO FEDERAL

Colegio de Nutriología de México

COLEGIO DE GRADUADOS EN NUTRICIÓN SEGUNDA CIRCUNSCRIPCIÓN

LAFH UNIFESP | Liga académica de fisiología humana

Fundación Fundafes

Licencia de Funcionamiento otorgada mediante Resolución 0255 del 09 de abril de 2018 de la Secretaria de Educación de Florencia.

HACE CONSTAR QUE:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

C.C. **1.102.821.474**

CURSÓ Y APROBÓ EL DIPLOMADO EN ATENCIÓN INTEGRAL AL ADULTO MAYOR

Con una intensidad horaria de ciento veinte (120) horas

FLORENCIA, SEPTIEMBRE 04 DE 2020

Registrado en libro de actas No. 1 Folio No. 1





FERDINANDO RAMÍREZ SANABRIA
Director

www.fundafes.com
La autenticidad de este documento puede ser verificada mediante solicitud al correo fundafes@florencia.edu.co

Fundación Fundafes

Licencia de Funcionamiento otorgada mediante Resolución 0255 del 09 de abril de 2018 de la Secretaria de Educación de Florencia.

HACE CONSTAR QUE:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

C.C. **1.102.821.474**

CURSÓ Y APROBÓ EL DIPLOMADO EN ATENCIÓN INTEGRAL AL ADULTO MAYOR PARTE II

Con una intensidad horaria de cuarenta (40) horas

FLORENCIA, SEPTIEMBRE 07 DE 2020

Registrado en libro de actas No. 1 Folio No. 1





FERDINANDO RAMÍREZ SANABRIA
Director

Certificación Bancaria

Bancolombia

Lunes, 4 de septiembre de 2023

Señores:
A quien pueda interesar

BANCOLOMBIA S.A. se permite informar que **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** identificado(a) con cc. **1102821474** a la fecha de expedición de esta certificación, tiene con el Banco los siguientes productos:

Producto	No. Producto	Fecha Apertura	Estado
Cuenta de ahorro	912-126279-63	2020/08/14	Activa

*Importante: Esta constancia sólo hace referencia a los productos mencionados anteriormente.

*Si desea verificar la veracidad de esta información, puede comunicarse con la Sucursal Telefónica Bancolombia a los siguientes números: Medellín - Local: (57-4) 510 90 00 - Bogotá - Local (57-1) 343 00 00 - Barranquilla - Local: (57-5) 361 88 88 - Cali - Local: (57-2) 554 05 05 - Resto país 01800 09 12345. Sucursales Telefónicas en el exterior: España (34) 900 995 717 - Estados Unidos (1) 1 866 379 97 14.

BANCOLOMBIA S.A. Establecimiento Bancario
VIGILADO Superintendencia Financiera de Colombia

Dorian Gutiérrez Correa
Gerente Corresponsales Bancarios y Autoservicios

Powered by CamScanner

Florencia, 04 de septiembre de 2023

COMPROMISO ANTICORRUPCIÓN

La suscrita, **Sonia Esther Martínez Lastre**, identificado como aparece al pie de mi firma, obrando en mi propio nombre, en adelante y como oferente dentro de proceso contractual con el **Corporación Cultural, Turística, Ambiental y Deportiva Turmalina Universal "Cortuniversal**", manifiesto que me comprometo a desarrollar todas mis actividades en el marco de principios éticos y asumir con seriedad y responsabilidad todos los compromisos relacionados con la futura contratación; suministrando al **Corporación Cultural, Turística, Ambiental y Deportiva Turmalina Universal "Cortuniversal"**, toda información sobre actos de corrupción, sobornos, subjetividad, presión o favorecimiento en el desarrollo del proceso contractual, del que tenga o llegare a tener conocimiento; con el fin de fortalecer la transparencia en los procesos de selección y la responsabilidad para lo cual y con la suscripción del presente se asume los siguientes compromisos:

1. Apoyo la acción del Estado colombiano y del **Corporación Cultural, Turística, Ambiental y Deportiva Turmalina Universal "Cortuniversal**", para fortalecer la transparencia y la rendición de cuentas de la administración pública.
2. No estoy en causal de inhabilidad alguna para celebrar el contrato objeto del Proceso de Contratación.
3. Me comprometo a no ofrecer y no dar dádivas, sobornos o cualquier forma de halago, retribuciones o prebenda a servidores públicos, miembro, trabajador o subcontratista asesores del **Corporación Cultural, Turística, Ambiental y Deportiva Turmalina Universal "Cortuniversal**, directamente o a través de sus empleados, contratistas o tercero.
4. No permito que nadie en su nombre, bien sea empleado, agente o comisionista independientemente incurra en la conducta indicada en el numeral anterior.
5. Me comprometo a impartir las instrucciones a todos los empleados, subcontratistas, agentes y a cuál es quiera otros representantes suyos, exigiéndoles en todo momento el cumplimiento de las Leyes de la República de Colombia y especialmente de aquellos que rigen el presente proceso.
6. Me comprometo a no efectuar acuerdos, o realizar actos o conductas que tengan por objeto o efecto la colusión en el Proceso de Contratación o el fraude en su resultado y no realizar conductas que tengan como efecto la desviación de la adjudicación de la convocatoria.
7. Me comprometo a revelar la información que sobre el Proceso de Contratación nos soliciten los organismos de control de la República de Colombia.
8. Manifiesto que la actividad, profesión u oficio de Nutricionista Dietista, es lícita y se ejerce dentro del marco legal y los recursos de la misma no provienen de actividades ilícitas contempladas en el Código Penal Colombiano.
9. Conozco las consecuencias derivadas del incumplimiento del presente compromiso anticorrupción.

10. La información suministrada en los requisitos de la convocatoria realizada dentro del proceso de contratación y en este documento es veraz y verificable y que Jader Acosta Imbachi se compromete a actualizarse cuando así se requiera.
11. Me comprometo a que los recursos que se deriven de la ejecución del posible contrato no se destinarán a la financiación del terrorismo, grupos o actividades terroristas o a la realización de actividades ilícitas.
12. Igualmente me comprometo a cumplir todas las obligaciones, cargas y términos previstos en el pliego de condiciones y en la futura contratación.

En constancia de lo anterior firmo este documento a los 04 días del mes de septiembre del 2023.

Para todos los efectos, informo a ustedes que toda la correspondencia relacionada con este proceso contractual la recibo en:

Cordialmente,



Sonia Esther Martínez Lastre
C.C 1102821474 De Sincelejo - Sucre.
Dirección: calle 5 # 16-45 B/El Porvenir
Ciudad: Florencia, Caquetá.
Teléfono: 3205427924
Email: somar_1730@hotmail.com

CONSULTA EN LÍNEA DE INHABILIDADES DE QUIENES HAYAN SIDO CONDENADOS POR DELITOS SEXUALES COMETIDOS CONTRA MENORES DE 18 AÑOS

La Policía Nacional de Colombia informa:

Que siendo las 19:02:54 horas del 30/08/2023, el ciudadano identificado con cédula de ciudadanía No. **1102821474,** Apellidos y Nombres **MARTINEZ LASTRE SONIA ESTHER**

NO REGISTRA INHABILIDAD

La presente consulta se tendrá en consideración por la entidad o empresa **Cortuniversal**, con NIT **900623092-6** y su utilización es exclusivamente dentro del proceso de selección al cargo, oficio o profesión, en cumplimiento de la Ley 1918 del 12/07/2018 *"por medio de la cual se establece el régimen de inhabilidades a quienes hayan sido condenados por delitos sexuales cometidos contra menores, se crea el registro de inhabilidades y se dictan otras disposiciones"* y su Decreto Reglamentario 753 del 30/04/2019 *"por medio del cual se reglamenta la Ley 1918 de 2018"*, con observancia de las Leyes 1581 del 17/10/2012, 1712 del 06/03/2014 y demás normatividad rectora frente al tratamiento de datos.

DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN CRIMINAL E INTERPOL

© 2023

Horario: Lunes a Viernes 8:00 am a 12:00 pm y 2:00 pm a 5:00 pm
Dirección: Avenida El Dorado # 75 – 25 barrio Modelia, Bogotá D.C.
Teléfonos: 515 97 00 ext. 30552 (Bogotá D.C.) | 01 8000 112 712 (resto del país)
Correo: dijin.araic-atc@policia.gov.co
Web: www.policia.gov.co/dijin
Instagram: /dijinpolicia
Twitter: @DIJINPolicia

INTEGRIDAD PÚBLICA

FUNCIÓN PÚBLICA

Verificados los resultados del participante en el curso virtual

Función Pública certifica que:

Sonia Esther Martínez Lastre

C.C 1.102.821.474

Participó y completó el curso virtual:

Integridad, transparencia y lucha contra la corrupción.

Con una duración de 20 horas.

Bogotá D.C., 27 de enero 2023

Aura Isabel Mora

Directora de Participación, Transparencia y Servicio al Ciudadano

Código: 761646748000

DIAN
POR UNA COLOMBIA MÁS HONESTA

Declaración de renta y complementario personas naturales y asimiladas residentes y sucesiones ilíquidas de causantes residentes

PRIVADA

210

1. Año: 2021

Espacio reservado para la DIAN

4. Número de formulario: 2117683734603

(415)7707212489984(8020) 000211768373460 3

Datos del declarante

5. Número de Identificación Tributaria (NIT)	6.DV	7. Primer apellido	8. Segundo apellido	9. Primer nombre	10. Otros nombres	12.Cod. Dirección seccional
1 1 0 2 8 2 1 4 7 4	1	MARTINEZ	LASTRE	SONIA	ESTHER	2 8

24. Actividad económica principal: 8 6 2 1 | Si es una corrección indique: | 25. Cód. | 26. No. Formulario anterior | 27. Fracción año gravable siguiente | 28. Pérdidas fiscales acumuladas años anteriores, sin compensar: 0

Patrimonio	Total patrimonio bruto	29	27,245,000	Deudas	30	7,460,000	Total patrimonio líquido	31	19,785,000

Cédula general

Conceptos/rentas	Rentas de trabajo		Rentas por honorarios y comp. de serv. personales sujetos a costos y gastos y no a las rentas exentas num. 10 art. 206 E.T.		Rentas de capital		Rentas no laborales	
Ingresos brutos	32	2,603,000	43	53,438,000	58	14,000	74	620,000
Devoluciones, rebajas y descuentos							75	0
Ingresos no constitutivos de renta	33	146,000	44	3,411,000	59	14,000	76	0
Costos y deducciones procedentes			45	6,624,000	60	0	77	0
Renta líquida	**34**	2,457,000	**46**	43,403,000	**61**	0	**78**	620,000
Rentas líquidas pasivas - ECE					62	0	79	0
Rentas exentas: Aportes voluntarios AFC, FVP y/o AVC	35	0	47	0	63	0	80	0
Rentas exentas: Otras rentas exentas	36	858,000	48	0	64	0	81	0
Total rentas exentas	**37**	858,000	**49**	0	**65**	0	**82**	0
Deducciones imputables: Intereses de vivienda	38	0	50	0	66	0	83	0
Deducciones imputables: Otras deducciones imputables	39	0	51	64,000	67	0	84	0
Total deducciones imputables	**40**	0	**52**	64,000	**68**	0	**85**	0
Rentas exentas y/o deduc. imputables (Limitadas)	**41**	858,000	**53**	64,000	**69**	0	**86**	0
Renta líquida ordinaria del ejercicio			**54**	43,339,000	**70**	0	**87**	620,000
Pérdida líquida del ejercicio			**55**	0	**71**	0	**88**	0
Compensaciones por pérdidas			56	0	72	0	89	0
Renta líquida ordinaria	**42**	1,599,000	**57**	43,339,000	**73**	0	**90**	620,000

Ren. líquida céd. gen.	91	46,480,000	Ren. ex. y ded. imp. li.	92	922,000	R. líq. ord. cédula gen.	93	45,558,000	Comp. pérdidas año 2018 y ant.	94	0
Comp. por exc renta presuntiva	95	0	Rentas gravables	96	0	R. líq. grav. cédula gen.	97	45,558,000	Renta presuntiva	98	0

Cédula de pensiones

Ingresos brutos por rentas de pensiones del país y del exterior	99	0
Ingresos no constitutivos de renta	100	0
Renta líquida	**101**	0
Rentas exentas de pensiones	102	0
Renta líquida gravable cédula de pensiones	**103**	0

Cédula de dividendos y participaciones

Dividendos y participaciones 2016 y anteriores, y otros	104	0
Ingresos no constitutivos de renta	105	0
Renta líquida ordinaria año 2016 y anteriores	**106**	0
1a. Subcédula año 2017 y siguientes numeral 3 art. 49 del E.T.	107	0
2a. Subcédula año 2017 y siguientes parágrafo 2 art. 49 del E.T.	108	0
Renta líquida pasiva dividendos - ECE y/o recibidos del exterior	109	0
Rentas exentas de la casilla 109	110	0

Ganancias ocasionales

Ingresos por ganancias ocasionales en el país y del exterior	111	0
Rentas deudores régimen Ley 1116 de 2006, Decretos 560 y 772 de 2020	112	0
Utilización pérdidas fiscales acumuladas (Inc. 2, art 15 Decreto 772 de 2020)	113	0
Costos por ganancias ocasionales	114	0
Ganancias ocasionales no gravadas y exentas	115	0

Liquidación privada

Ganancias ocasionales gravables	**116**	0
Impuesto sobre las rentas líquidas gravables: General y de pensiones	117	1,136,000
Impuesto sobre las rentas líquidas gravables: Renta presuntiva y de pensiones	118	0
Impuesto sobre las rentas líquidas gravables: Por dividendos y/o participaciones año 2016	119	0
Impuesto sobre las rentas líquidas gravables: Por dividendos y/o participaciones año 2017 y siguientes, 1a. subcédula	120	0
Impuesto sobre las rentas líquidas gravables: Por dividendos y/o participaciones año 2017 y siguientes, 2a. subcédula, y otros	121	0
Total impuesto sobre las rentas líquidas gravables	**122**	1,136,000
Descuentos: Imp. pagados en el exterior	123	0
Descuentos: Donaciones	124	0
Descuentos: Otros	125	0
Total descuentos trib.	**126**	0
Impuesto neto de renta	**127**	1,136,000
Impuesto de ganancias ocasionales	128	0
Descuento por impuestos pagados en el exterior por ganancias ocasionales	129	0
Total impuesto a cargo	**130**	1,136,000
Anticipo renta liquidado año gravable anterior	131	0
Saldo a favor del año gravable anterior sin solicitud de devolución y/o compensación	132	0
Retenciones año gravable a declarar y/o abono por inexequibilidad impuesto solidario por el COVID -19	133	2,780,000
Anticipo renta para el año gravable siguiente	134	0

Saldo a pagar por impuesto	135	0	Sanciones	136	0	Total saldo a pagar	137	0	Total saldo a favor	138	1,644,000

981. Cód. Representación | Firma del declarante o de quien lo representa

997. Espacio ... Entidad recaudadora

DIAN
2022-09-25 / 12:46:19 AM
Fecha Acuse de Recibo
Firmado

980. Pago total $: 0

982. Cód. Contador | Firma contador | 994. Con salvedades

983. No. Tarjeta profesional

996. Espacio para el número interno de la DIAN/ Adhesivo

91000952342575

2022291846857 2

RECIBIDO

Portal de Servicios al Ciudadano PSC

Sistema Registro Nacional de Medidas Correctivas RNMC

Consulta Ciudadano

La Policía Nacional de Colombia informa:

Que a la fecha, 30/08/2023 07:38:08 p. m. el ciudadano con Cédula de Ciudadanía Nº. **1102821474 .**

NO TIENE MEDIDAS CORRECTIVAS PENDIENTES POR CUMPLIR.

De conformidad con la Ley 1801 de 2016 "Por la cual se expide el Código Nacional de Seguridad y Convivencia Ciudadana". Registro interno de validación No. **71621914** . La persona interesada podrá verificar la autenticidad del presente documento a través de la página web institucional digitando https://www.policia.gov.co, menú ciudadanos/ consulta medidas correctivas, con el documento de identidad y la fecha de expedición del mismo. Esta consulta es válida siempre y cuando el número de cédula corresponda con el documento de identidad suministrado.

Nueva Busqueda | Imprimir

CUERPO DE BOMBEROS VOLUNTARIOS DE CARTAGENA DEL CHAIRÁ CAQUETÁ
NIT 900002345-1

CERTIFICADO
OTORGADO A:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
CC 1.102.821.474 DE SINCELEJO

Por haber completado satisfactoriamente 40 horas de la capacitación en Atención en emergencias, primer respondiente y manejo de elementos en emergencia los dias 6 al 10 de enero de 2023.

STO. NIDIA E. LIZCANO BENAVIDEZ
Comandante y Representante legal

DIRECCION NACIONAL
BOMBEROS DE COLOMBIA
MUNICIPIO CARTAGENA DEL CHAIRA
DEPARTAMENTO DEL CAQUETÁ
NIT. 900002345-1
P.J. 072

República de Colombia

Técnico por Competencias en Gestión Integral de Riesgo de Desastres

Resolución N° 0197 DEL 06 Junio del 2020

Hace Constar que:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE

D.I No. 1102821474

Participóde la Capacitación Teórico - Práctica de Brigadas de Emergencia Básico, en los Temas de; Primeros Auxilios, Manejo y uso de Extintores y Evacuación, con una intensidad horaria de 8 horas, realizada el 30 de mayo del 2023, en el Doncello Caquetá

Nazlhy Sánchez

Nazlhy Maritza Sánchez

Técnica Gestión Integral de Riesgo de Desastres

Instructora

SOCIEDAD ADMINISTRADORA DE FONDOS DE PENSIONES Y CESANTÍAS PORVENIR S.A.

En su condición de administradora del

FONDO DE PENSIONES OBLIGATORIAS PORVENIR

NIT 800.224.808-8

CERTIFICA QUE:

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE, identificado(a) con cédula de ciudadanía **1.102.821.474**, se encuentra afiliado(a) al **Fondo de Pensiones Obligatorias Porvenir**.

La presente certificación se expide el 30 de Agosto del 2023.

Cordialmente,



Gerencia de Clientes

Tenga en cuenta:

Es importante que sea constante en realizar los aportes obligatorios para su pensión, así lograría recibir el ingreso que desea cuando obtenga su beneficio pensional.

CERTIFICA QUE:

El (La) Señor(a) **MARTINEZ LASTRE SONIA ESTHER** identificado con **Cédula de ciudadanía** número **1102821474** registra en nuestra Base de Datos en condición de: **Cotizante**.

Estado de la Afiliación:	**Activo**
IPS de atención:	**ESE UNIDAD DE SALUD SAN FRANCISCO DE ASIS**
Categoría:	**A**
Fecha de afiliación:	**06/02/2014**

La presente certificación se expide a solicitud del (de la) interesado(a) **A QUIEN INTERESE** el 05 de septiembre del 2023. Esta es el reflejo de la información registrada en nuestro sistema de información hoy.

Observaciones:

- NO VÁLIDO PARA TRASLADO A OTRA EPS
- No válido para prestación de servicios que se realiza entre IPS y EPS
- Puede consultar más detalle en nuestra página web www.mutualser.com opción Ser Afiliado
- Línea permanente 24 Horas 018000116882

Cordialmente,



LUIS BARRAZA
Director de Operaciones - Contributivo
infocontributivo@mutualser.org
MUTUAL SER EPS

El Doncello, 05 de septiembre del 2023

Señor:
PEDRO DE JESÚS LONDOÑO MEDINA
REPRESENTANTE LEGAR
Corporación Cultural Turística, Ambiental Y Deportiva Turmalina Universal
CORTUNIVERSAL.
El Doncello Caquetá.

ASUNTO: **PROPUESTA DE OBLIGACIONES CONTRACTUALES DE PRESTACIÓN DE SERVICIO.**

Basándome en la necesidad identificada, presento mi propuesta como nutricionista para el cumplimiento eficiente de las obligaciones contractuales en la atención integral al adulto mayor en el Centro Vida Jesús Ángel de la Buena Esperanza del municipio de Doncello

- Modificaciones a las que haya lugar al menú inicial.
- Valoración Nutricional inicial y de seguimiento para establecer el diagnostico nutricional actual de los usuarios teniendo en cuenta la periocidad establecida de acuerdo con diagnóstico inicial
- Taller de Hidratación: Destacar la importancia de mantenerse bien hidratado en la tercera edad y ofrecer consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.
- Taller de Prevención de la Desnutrición: Identificar los riesgos de desnutrición en adultos mayores y ofrecer estrategias para mantener un peso saludable y una nutrición óptima
- Elaboración de Menús Adaptados a las Necesidades de los Adultos Mayores

Plazo: La presente propuesta tiene vigencia de dos (2) meses, iniciando el mes de septiembre hasta el mes de noviembre del año 2023.



SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
1102821474 de Sincelejo.
Nutricionista
Cel: 3205427924

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Contrato Prestación de servicios No.	**CDPP - 030**	**Fecha:**	**8 DE SEPTIEMBRE DE 2023**
Contratante:	**CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSAL**		
Nit:	**900.623.092-6**		
Contratista:	**SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE**		
Identificación:	**C.C. 1.102.821.474 EXPEDIDA EN SINCELEJO**		
Razón social:	**N.A.**		
Nit:	**1.102.821.474 -1**		

PEDRO DE JESÚS LONDOÑO MEDINA, identificado con cédula de ciudadanía 17,783,326 de El Doncello, Caquetá, mayor de edad obrando como Representante Legal de la Corporación Cultural, Turística, Ambiental Y Deportiva Turmalina Universal CORTUNIVERSAL con NIT: 900.623.092-6, persona jurídica de derecho privado, quien para los efectos del presente documento se denominará el **CONTRATANTE**, por una parte; y por la otra **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE**, quien se denominará **CONTRATISTA** y declara que tiene capacidad para celebrar este contrato, que no incurre en causal de inhabilidad e incompatibilidad de las previstas en las normas constitucionales y legales, hemos acordado celebrar el presente contrato, el cual se regirá por las siguientes:

CLÁUSULAS:

1) Objeto:	Prestación de servicios profesionales como Nutricionista del centro vida Jesús de la Buena Esperanza en el marco del convenio de asociación N°004 de 2023, suscrito entre el municipio de El Doncello y la Corporación Cultural, Turística, Ambiental y Deportiva Turmalina Universal (Cortuniversal)
2) Plazo:	La actividad objeto de la necesidad de la contratación se desarrollará a partir del momento en que se suscrita el acta de inicio hasta el día 08 de noviembre de 2023.
3) Obligaciones:	3.1 Obligaciones Generales 1. Cumplir con idoneidad, oportunidad, seriedad y diligencia el objeto del contrato de acuerdo con las especificaciones contenidas en él y las instrucciones que sobre el mismo le imparta el CONTRATANTE o sus delegados. 2. Afiliarse al Sistema General de Riesgos Laborales a través de la administradora de Riesgos laborales ARL Positiva, bajo el riesgo que determine la ARL. Una vez suscrito el presente contrato. 3. Suscribir oportunamente el Acta de Inicio y el acta de liquidación del contrato de prestación de servicios, conjuntamente con el supervisor del mismo. 4. Responder por los elementos, bienes, información, que se pongan a su disposición para la ejecución del presente contrato, propendiendo, en todo caso, por su conservación y uso adecuado. 5. Informar oportunamente al CONTRATANTE sobre cualquier eventualidad que pueda sobrevenir y que afecte el desarrollo del contrato. 6. Realizar las afiliaciones y los aportes correspondientes como contratista independiente al sistema de seguridad social en salud y pensiones. Lo anterior, según el ingreso Base de Cotización y conforme a los porcentajes de ley vigentes a los que llegaren a determinarse, es decir sobre el 40% del valor mensual del contrato. 7. Presentar al Supervisor, Cronograma de actividades de acuerdo con el PAI establecido por CORTUNIVERSAL, una vez suscrito el presente contrato. Dichos documentos, se tendrán como anexos al presente contrato y lo contenido allí será de obligatorio cumplimiento por el Contratista y objeto de la supervisión realizada por CORTUNIVERSAL. 8. Iniciar la ejecución de las actividades una vez sea aprobado el Cronograma actividades por la supervisión. PARÁGRAFO: De conformidad con lo establecido en el decreto 723 de 2013, el contratista deberá practicarse un examen pre ocupacional y allegar el certificado respectivo al contratante durante los tres (3) días siguientes a la suscripción del acta de inicio. Este examen tendrá

	vigencia máxima de tres (3) años y será válido para todos los contratos que suscriba el contratista, siempre y cuando se haya valorado el factor de riesgo más alto al cual estará expuesto en todos los contratos. En el caso de perder su condición de contratista por un periodo superior a seis (6) meses continuos, deberá realizarse nuevamente el examen. 3.2 Obligaciones especificas 1. Cumplir de manera oportuna y eficiente con obligaciones establecidas en el contrato y otras generadas durante el servicio 2. Realizar junto con el supervisor delegado cronograma de actividades. 3. Cumplir con el reglamento interno del Centro Vida, y velar por la buena relación con el talento humano y el buen ambiente con los beneficiarios 4. Elaboración del Plan de Atención Integral para cada uno de los beneficiarios de Programa Centro vida Res 055 de 2018. 5. Diligenciar bitácora de registro de la ejecución, seguimiento de habilidades productivas de los beneficiaros del programa, de forma mensual. 6. Modificaciones a las que halla lugar al menú inicial. 7. Valoración Nutricional inicial y de seguimiento para establecer el diagnostico nutricional actual de los usuarios teniendo en cuenta la periocidad establecida de acuerdo a diagnóstico inicial 8. Taller de Hidratación: Destacar la importancia de mantenerse bien hidratado en la tercera edad y ofrecer consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos. 9. Taller de Prevención de la Desnutrición: Identificar los riesgos de desnutrición en adultos mayores y ofrecer estrategias para mantener un peso saludable y una nutrición óptima 10. Elaboración de Menús Adaptados a las Necesidades de los Adultos Mayores 11. Diligenciar planillas de asistencia de las actividades específicas que desarrolle en su área con los beneficiarios del programa. 12. Apoyar las demas actividades y talleres en curso, fomentando el trabajo en equipo para facilitar la participación y contribuir al éxito colectivo. 13. Participar en los procesos de inducción al personal y fortalecimiento de capacidades que se programen desde la Corporación Cultural, Turística, Ambiental Y Deportiva Turmalina Universal CORTUNIVERSAL. 14. Asistir a las reuniones convocadas por el coordinadora supervisora. 15. Mantener la confidencialidad y no divulgación de la información y de los hechos que ocurran el interior de las instalaciones del programa y que solo interesen al desarrollo del mismo. 16. Entrega de informe de actividades: cronograma de actividades, registro fotográfico, Oficio remisorio del informe, Factura y/o documento soporte, Certificado del supervisor y Comprobante de pago de cotización mensual al Sistema de Seguridad Social (Salud, Pensiones y Riesgos Laborales). Cuenta de cobro y planilla de seguridad social, documento soporte en las fechas estipuladas en cumplimiento al cronograma ejecutado. 17. Las demás obligaciones que le sean asignadas por el supervisor que estén relacionadas con el objeto contractual.
4) Valor:	El valor del contrato es por la suma de **DOS MILLONES OCHOCIENTOS MIL PESOS ($2.800.000) MONEDA CORRIENTE.**
5) Forma de pago:	CORTUNIVERSAL realizará dos (02) pagos mes vencido, a la entrega de los informes que contengan los productos de acuerdo al cumplimiento de las obligaciones a que haya lugar por parte del contratista. Cada pago se realizará por

	un valor de **UN MILLON CUATROSCIENTO MIL PESOS ($1.400.000) MONEDA CORRIENTE,** dentro de los diez (10) días calendarios siguientes a la radicación del informe con sus respectivos soportes, previo cumplimiento de los siguientes requisitos: El pago se realizará una vez el contratista entregue el informe de los productos ejecutados del objeto contractual con la respectiva evidencia, junto con los siguientes soportes **a)** Oficio remisorio del informe **b**) Factura y/o documento soporte **c)** Registro fotográfico **d)** Certificado del supervisor y **e)** Comprobante de pago de cotización mensual al Sistema de Seguridad Social del mes correspondiente el cual debe ser pagado según lo establecido por la EPS de acuerdo al último dígito de la cédula de ciudadanía (Salud, Pensiones y Riesgos Laborales) **Parágrafo**: Sin embargo, los pagos estarán sujetos al desembolso del presupuesto estimado por el municipio de El Doncello, Caquetá, y por ende no se causará mora cuando el municipio incumpla sus obligaciones
6) Cuenta bancaria:	La cuenta bancaria será la establecida en la certificación anexa al presente contrato, cuenta de ahorros ACTIVA**.** Nota: Si el contratista cambia de cuenta bancaria durante la ejecución del contrato deberá comunicarlo por escrito al supervisor del contrato, quien dará el aval correspondiente y solicitará la aprobación al ordenador del gasto
7) Causales de Terminación:	El contrato también podrá terminarse por cualquiera de los siguientes eventos: i) por acuerdo de las partes; ii) por vencimiento del plazo; iii) por caso fortuito o fuerza mayor.
8) Multas:	La entidad contratante podrá imponer multas diarias y sucesivas al contratista del cero punto dos por ciento (0.2%) del valor total del contrato en los siguientes eventos: a) por el cumplimiento tardío de las actividades encomendadas al contratista, b) por defectos y errores que reflejen descuido o negligencia en la ejecución de las obligaciones del contrato, y c) por las demás circunstancias que impliquen la mora o incumplimiento parcial de las obligaciones del contratista. La imposición de multas no impedirá la aplicación de otras sanciones a que haya lugar por la mora o el incumplimiento.
9) Cláusula penal:	En caso de incumplimiento total a cargo del contratista, éste pagará a la entidad contratante una suma equivalente al veinte por ciento (20%) del valor del contrato a título de tasación anticipada de perjuicios, sin menoscabo de hacer exigibles los otros perjuicios que se llegasen a probar. Así mismo, se podrá hacer efectiva de manera proporcional al incumplimiento parcial del contrato, suma que será pagada o descontada según el caso, al momento de efectuarse el respectivo pago del contrato.
10) Requisitos de perfeccionamiento y ejecución:	El presente contrato se entiende perfeccionado con la firma de las partes; y para su ejecución se requiere la aprobación de la garantía única cuando a ello hubiere lugar. Para el pago de los honorarios deberá acreditarse el cumplimiento de los aportes al Sistema de Seguridad Social Integral.
11) Declaraciones:	Las partes declaran que conocen, comprenden y aceptan todas y cada una de las estipulaciones contenidas en el presente contrato y los demás documentos que forman parte integral del mismo, cuya interpretación se sustentará en el principio de la autonomía de la voluntad de las partes con fundamento en el artículo 1602 del Código Civil Colombiano.
12) Supervisor:	CORTUNIVERSAL vigilará la ejecución mediante supervisión, la cual será ejercida por la COORDINADOR@ CENTRO VIDA.
13) Independencia del contratista:	El contratista es una persona independiente de la Corporación, y, en consecuencia, el contratista no es su representante, agente o mandatario. El contratista no tiene la facultad de hacer declaraciones, representaciones o compromisos en nombre de la Corporación, ni de tomar decisiones o iniciar acciones que generen obligaciones a su cargo. El contratista se obliga a cumplir con el objeto al que se refiere el presente contrato, de forma independiente y autónoma, sin que exista relación de subordinación o dependencia entre éste y la Corporación.

14) Notificaciones:	Los avisos, solicitudes, comunicaciones y notificaciones que las partes deban hacer en virtud de la relación contractual constarán por escrito y se entenderán debidamente efectuadas sólo si son entregadas personalmente o por correo electrónico a la persona y a las direcciones indicadas a continuación: i) Por parte de la entidad contratante, Transversal 6B Bis 15ª-39 B/ Olímpico El Doncello (Caquetá) o al correo electrónico cortuniversal@gmail.com, ii) Al Contratista, en la CL 5 # 13-46 B/El Porvenir (Caquetá) o al correo electrónico somar_1730@hotmail.com

POR LA ENTIDAD CONTRATANTE	**POR EL CONTRATISTA**
PEDRO DE JESÚS LONDOÑO MEDINA Representante Legal	**SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** Contratista

	ACTA DE INICIO **CONTRATO DE PRESTACIÓS DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN** **No CDAG- 030** **08 DE SEPTIEMBRE DE 2023**
SUPERVISOR	EIBER YUBIER MORENO RONDON
C.C	1.117.552.838
INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATISTA	
CONTRATISTA	**SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE**
OBJETO	**PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES COMO NUTRICIONISTA DEL CENTRO VIDA ESÚS DE LA BUENA ESPERANZA EN EL MARCO DEL CONVENIO DE ASOCIACIÓN N°004 DE 2023, SUSCRITO ENTRE EL MUNICIPIO DE EL DONCELLO Y LA CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL "CORTUNIVERSAL"**
PLAZO	Dos (02) meses
VALOR TOTAL	2.800.000
FECHA DE INICIO	08 de septiembre de 2023

I. En el Municipio de El Doncello, Caquetá, el día **08 de septiembre de 2023**, se reunieron la Coordinadora **EIBER YUBIER MORENO RONDON** Supervisora del Contrato No. CDAG-030 DE 2023 y la señora **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** en calidad de contratista, con el fin de dar inicio al Contrato de Prestación de Servicios suscrito entre las partes, dentro del CONVENIO DE ASOCIACIÓN **N°**004 de 2023**,** suscrito el día 08 de septiembre de 2023 con el MUNICIPIO DE EL DONCELLO, CAQUETA cuyo objeto es **AUNAR ESFUERZOS TÉCNICOS, LOGÍSTICOS, ADMINISTRATIVOS Y FINANCIEROS ENTRE LAS PARTES PARA BRINDAR ATENCIÓN INTEGRAL E INTERVENCIÓN DIRIGIDA A LOS ADULTOS MAYORES DE LOS NIVELES I Y II DE SISBÉN RESIDENTES EN EL MUNICIPIO DE EL DONCELLO CAQUETÁ A TRAVÉS DEL CENTRO VIDA.**

II. Dejan constancia las partes, de que se encuentran de acuerdo con los términos de Referencia establecidos en el Contrato de Prestación de Servicios profesionales Nro. CDAG- 030 de 2023.

Así las cosas, las partes ACUERDAN:

Firmar la presente acta de inicio del Contrato de Prestación de Servicios de Apoyo a la Gestión Nro. CDAG - 030 de 2023.

1. Fijar como fecha de inicio el día **08 de septiembre de 2023 Hata el 08 de noviembre de 2023**

2. Suscribir los Anexos Contractuales a que haya lugar y disponga corporación cultural, turística, ambiental y deportiva turmalina universal **CORTUNIVERSAL,** de acuerdo a la necesidad en la ejecución del contrato y las políticas internas de la organización.

3. Para constancia de lo anterior, se firma la presente acta bajo la responsabilidad expresa de los que intervinieron en ella, el día **08 de septiembre de 2023.**

Por la SUPERVISORA	**Por el CONTRATISTA**
EIBER YUBIER MORENO RONDON **CC. 1.117.552.838** EXPEDIDA FLORENCIA CAQUETÁ	**SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** C.C 1.102.821.474 EXPEDIDA EN SINCELEJO SUCRE

POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

CERTIFICADO DE AFILIACIÓN

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A.

HACE CONSTAR QUE:

Verificada la base de datos de afiliación en el ramo de Riesgos Laborales de **POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A**, se identificó que **SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE** con **CC** No. **1102821474**, registra afiliación en nuestra ARL, con la siguiente información:

Datos del Contratante	Datos de la Relación Laboral
Contratante: NI 900623092 - CORPORACION CULTURAL, TURISTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL	**Fecha de última cobertura:** 13/09/2023 **Estado Afiliación:** ACTIVO **Tipo Vinculación:** TRABAJADOR INDEPENDIENTE **Fecha de inicio de Contrato:** 08/09/2023 **Fecha fin de Contrato:** 08/11/2023 **Clase de Riesgo:** 2 **Cargo :** NUTRICIONISTAS Y DIETISTAS **Fecha fin de Retiro:** SIN FECHA DE RETIRO

Recuerde que una vez cumplida la fecha fin de contrato, el sistema aplica de forma automática la novedad de retiro, por lo anterior, en caso de tener un nuevo contrato o prorroga deberá realizar la correspondiente novedad a través de nuestro portal www.positivaenlinea.gov.co, para continuar con la cobertura.

Para validar la información emitida en este certificado, visite nuestra página web y seleccione la opción 'VALIDAR CERTIFICADOS'. Ingrese el siguiente código (válido por un mes): 202301019231936.

Esta certificación se expide en la ciudad de Bogotá D.C. a los 12 días del mes de septiembre de 2023.

Cordialmente

GERENCIA DE AFILIACIONES Y NOVEDADES
POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A.

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

MIS_4_1_3_FR15 v_06

El Doncello Caquetá, 8 de octubre de 2023

CORTUNIVERSAL
CORPORACIÓN CULTURAL TURÍSTICA AMBIENTAL Y DEPORTIVA
08 OCT 2023
RADICADO 135 FOLIOS 126
RECIBIDO POR: Marcela Ramirez

SEÑOR
EIBER YUBIER MORENO RONDÓN
COORDINADOR
Centro Vida "JESÚS DE LA BUENA ESPERANZA"
El Doncello - Caquetá

Asunto: Entrega del primer Informe

Cordial saludo, comedidamente me permito hacer entrega de las actividades desarrolladas dentro de mis obligaciones especificadas.

- Diligenciar bitácora de registro de la ejecución, seguimiento y evaluación del plan de atención Integral Res 055 de 2018.
- Taller sobre sobre Prevención de la Desnutrición: riesgos de desnutrición en adultos mayores y estrategias para mantener un peso saludable y una nutrición óptima y Taller de Hidratación: importancia de mantenerse bien hidratado en la tercera edad y consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.
- Vigilancia del cumplimiento de la minuta establecida y de la entrega al 100% de los usuarios atendidos en el centro vida y verificación de las condiciones de calidad en la preparación de los alimentos, almacenamiento y servido.

Esto para su conocimiento y fines pertinentes.

Quedo atenta a cualquier inquietud.

Cordialmente

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
CC. 1102821474
NUTRICIONISTA DIETISTA

Anexos
-Un (1) folio Oficio Remisorio
-Siete (7) folios Informe de actividades.
-Un (1) folio cronograma de actividades septiembre
-Dieciséis folios (16) Minuta, ciclos de menú y análisis de contenido nutricional.
-Veintiseis (26) folios de Formato plan de atención integral PAI
-Sesenta (60) folios de bitácoras de seguimiento y evaluación del plan de atención integral.
-Diez (10) folios de planilla de asistencia a Taller sobre Prevención de la Desnutrición: riesgos de desnutrición en adultos mayores y Taller de Hidratación: importancia de mantenerse bien hidratado en la tercera, ingesta adecuada de líquidos.
-Un (1) folio acta de supervisión.
-Un folio Cuenta de cobro.
-Un (1) folio de documento soporte.
-Dos (2) folios de Boucher de pago y planilla de seguridad Social.
-Un (1) folio de oficio no retención.

Powered by CamScanner

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

INFORME CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS N. CDPP - 030
(8 DE SEPTIEMBRE DE 2023)

Objeto	Prestación de servicios profesionales como Nutricionista del centro vida Jesús de la Buena Esperanza en el marco del convenio de asociación N°004 de 2023, suscrito entre el municipio de El Doncello y la Corporación Cultural, Turística, Ambiental y Deportiva Turmalina Universal (Cortuniversal)	**PRODUCTO**: Primer (1) Informe del 08 de septiembre al 08 de octubre.

Supervisor	EIBER YUBIER MORENO RONDÓN	Coordinador

Nombre Contratista	SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE	NUTRICIONISTA DIETISTA

OBLIGACIÓN – NUMERAL 1	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Cumplir de manera oportuna y eficiente con obligaciones establecidas en el contrato y otras generadas durante el servicio	Se realizan las actividades conforme a lo descrito en el contrato, según cronograma establecido entre las partes.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 2	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Realizar junto con el supervisor delegado cronograma de actividades.	Se establece cronograma de trabajo del mes de septiembre donde se especifican las actividades a realizar y los temas de capacitación a los usuarios. ANEXO CRONOGRAMA
OBLIGACIÓN – NUMERAL 3	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Cumplir con el reglamento interno del Centro Vida, y velar por la buena relación con el talento humano y el buen ambiente con los beneficiarios.	Hacer uso de los canales de comunicación asertiva, respetando las normas y reglamento establecido en el centro de vida para la atención de los usuarios y compañeros de trabajo.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 4	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Elaboración del Plan de Atención Integral para cada uno de los beneficiarios de Programa Centro vida Res 055 de 2018.	Se entrega diligenciado el Plan de atención Integral a todos los usuarios vinculados al centro vida en el mes de septiembre de 2023. Seguimiento al estado nutricional. ANEXO EL PAI
OBLIGACIÓN – NUMERAL 5	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**

Diligenciar bitácora de registro de la ejecución, seguimiento de habilidades productivas de los beneficiaros del programa, de forma mensual.	Se realiza entrega de Bitácora de seguimiento por Talleres grupales sobre Prevención de la Desnutrición, promoción de una alimentación adecuada e importancia de la hidratación y el consumo de líquidos en la edad adulta. ANEXO BITACORA
OBLIGACIÓN – NUMERAL 6	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Modificaciones a las que haya lugar al menú inicial.	Se realiza modificaciones al menú inicial teniendo en cuenta las características alimentarias y nutricionales de los usuarios. ANEXO MINUTA ACTUALIZADA
OBLIGACIÓN – NUMERAL 7	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Valoración Nutricional inicial y de seguimiento para establecer el diagnostico nutricional actual de los usuarios teniendo en cuenta la periocidad establecida de acuerdo a diagnóstico inicial	Se realiza las valoraciones correspondientes al 100% de los usuarios en el mes de septiembre, usuarios nuevos a los cuales se aplica la evaluación y tamizaje nutricional. Se realiza toma de datos como el peso para llevar el seguimiento del estado nutricional en el mes de septiembre.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 8	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Taller de Hidratación: Destacar la importancia de mantenerse bien hidratado en la tercera edad y ofrecer consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.	Se realiza Taller de Hidratación donde se explica la importancia de mantenerse bien hidratados en la edad adulta donde se producen muchos cambios que puede favorecer la deshidratación y los problemas derivados, se dan recomendaciones de ingesta adecuada. ANEXO ASISTENCIA Y REGISTRO FOTOGRÁFICO
OBLIGACIÓN – NUMERAL 9	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Taller de Prevención de la Desnutrición: Identificar los riesgos de desnutrición en adultos mayores y ofrecer estrategias para mantener un peso saludable y una nutrición óptima	Se realiza Taller sobre Prevención de la Desnutrición en el adulto mayor, sus consecuencias y principales afectaciones en la salud y calidad de vida de los usuarios, se indica cómo prevenir y tratar la desnutrición. ANEXO ASISTENCIA Y REGISTRO FOTOGRÁFICO
OBLIGACIÓN – NUMERAL 10	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Elaboración de Menús Adaptados a las Necesidades de los Adultos Mayores	Se realiza minuta de 14 ciclos de menús con su análisis nutricional según las necesidades y metas nutricionales de los usuarios. ANEXO CICLOS DE MENU Y ANALISIS QUIMICO

OBLIGACIÓN – NUMERAL 11	GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES
Diligenciar planillas de asistencia de las actividades específicas que desarrolle en su área con los beneficiarios del programa.	Se realiza entrega de planilla de asistencia a Taller sobre Prevención de la Desnutrición y al taller sobre Hidratación. ANEXO PLANILLAS DE ASISTENCIA
OBLIGACIÓN – NUMERAL 12	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Apoyar las demás actividades y talleres en curso, fomentando el trabajo en equipo para facilitar la participación y contribuir al éxito colectivo.	Se realizan actividades asignadas de acuerdo al contrato de prestación de servicios profesionales.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 13	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Participar en los procesos de inducción al personal y fortalecimiento de capacidades que se programen desde la Corporación Cultural, Turística, Ambiental Y Deportiva Turmalina Universal CORTUNIVERSAL.	Se realiza publicación y socialización de minuta, ciclos de menús y análisis de contenido nutricional. ANEXO REGISTRO FOTOGRAFICO
OBLIGACIÓN – NUMERAL 14	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Asistir a las reuniones convocadas por el coordinadora supervisora.	Asistencia a reuniones convocadas para socialización de actividades, informes y planes en relación a los compromisos pactados en el contrato de prestación de servicios como Nutricionista Dietista. ANEXO FOTO
OBLIGACIÓN – NUMERAL 15	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Mantener la confidencialidad y no divulgación de la información y de los hechos que ocurran el interior de las instalaciones del programa y que solo interesen al desarrollo del mismo.	Se cumple con las normas de confidencialidad de la información y datos de los usuarios a los cuales se tiene acceso.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 16	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Entrega de informe de actividades: cronograma de actividades, registro fotográfico, Oficio remisorio del informe, Factura y/o documento soporte, Certificado del supervisor y Comprobante de pago de cotización mensual al Sistema de Seguridad Social (Salud, Pensiones y Riesgos Laborales). Cuenta de cobro y planilla de seguridad social, documento	Se realiza entrega de informe para el periodo correspondiente del 08 de setiembre a 8 de octubre del año 2023.

soporte en las fechas estipuladas en cumplimiento al cronograma ejecutado.	
OBLIGACIÓN – NUMERAL 17	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Las demás obligaciones que le sean asignadas por el supervisor que estén relacionadas con el objeto contractual.	Se realizan actividades de control y vigilancia delas actividades de manipulación de alimentos que involucra el almacenamiento, preparación y distribución de los alimentos y preparaciones entregados a los usuarios.

OBLIGACION / PAGO DE SEGURIDAD SOCIAL	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
PAGO CORRESPONDIENTE AL PERIODO A CANCELAR DE LA SEGURIDAD SOCIAL INTEGRAL DE ACUERDO A LA LEY.	Adjunto la planilla Nº. **7897524726** de pago a salud, pensión y riesgos Laborales mes de SEPTIEMBRE del 2023

SALUD	MUTUAL SER	**$258,400**
PENSION	PORVENIR	**$330.800**
ARL	POSITIVA	**$50,400**
TOTAL PAGADO		**$639.600**

	08/OCTUBRE/2023
FIRMA CONTRATISTA	**FECHA DE ENTREGA**

Anexo evidencias fotográficas, Planillas, formatos, etc.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

INFORME CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS N. CDPP - 030
(8 DE SEPTIEMBRE DE 2023)
REGISTRO FOTOGRÁFICO

OBLIGACIÓN – NUMERAL 8.	**TALLER DE HIDRATACIÓN: IMPORTANCIA E INGESTA ADECUADA DE LÍQUIDOS.**
	
	
	
	

Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro -Celular -3226846186
E-mail: cortuniversal@gmail.com
www.cortuniversal.blogspot.com
http://contuniversal.com

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

INFORME CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS N. CDPP - 030
(8 DE SEPTIEMBRE DE 2023)

OBLIGACIÓN – NUMERAL 9	**TALLER PREVENCIÓN DE LA DESNUTRICIÓN**
	
	
	
OBLIGACIÓN – NUMERAL 14	**ASISTENCIA A REUNION**
	

Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro -Celular -3226846186
E-mail: cortuniversal@gmail.com
www.cortuniversal.blogspot.com
http://contuniversal.com

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

INFORME CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS N. CDPP - 030
(8 DE SEPTIEMBRE DE 2023)

OBLIGACIÓN – NUMERAL 17	SEGUIMIENTO AL CUMPLIMIENTO DE LA MINUTA, PREPARACION Y SERVIDO EN CANTIDAD Y CALIDAD ADECUADAS.
	
	
	

Cronograma mensual centro vida – septiembre 2023

Nutricionista

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				08
				Reunión para construcción y socialización del reglamento interno Realizar junto con la supervisión delegada cronograma de actividades.
11	12	13	14	15
Realización de planes de atención integral				Apoyo en actividades
18	19	20	21	22
			Taller de Prevención de la Desnutrición: Identificar los riesgos de desnutrición en adultos mayores y ofrecer estrategias para mantener un peso saludable y una nutrición óptima	
25	26	27	28	29
02	03	04	05	06
			Taller de Hidratación: Destacar la importancia de mantenerse bien hidratado en la tercera edad y ofrecer consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.	Entrega informe

	CICLOS DE MENU NORMOCALORICOS ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS			
OPERADOR CONTRATISTA: CORTUNIVERSAL			**NIT: 900.623.092-6**	**MUNICIPIO: DONCELLO**
DEPARTAMENTO:	**CAQUETA**		**DIRECCION:**	**Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro**
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		**TEL:**	**3226846186**
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO				
SEMANA No.1				
MENU 1	**MENU 2**	**MENU 3**	**MENU 4**	**MENU 5**
DESAYUNO				
COLADA DE MAIZENA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	AGUA DE PANELA CON LECHE	MAZAMORRA DE MAIZ CON LECHE	CHOCOLATE
PAN MOGOLLA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE CARNE DE RES	HUEVOS CON MAIZ TIERNO Y ESPINACA	CALDO DE HUEVO CON VERDURAS
CALDO DE MENUDENCIAS		PAN MOGOLLA		
AREPA DE MAIZ ASADA	AREPA ASADA	YUCA COCIDA	AREPA DE MAIZ ASADA	AREPA ASADA
FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA	FRUTA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA
ALMUERZO				
SOPAS DE FRIJOLES	SANCOCHO DE CARNE	SOPAS DE ARVEJAS	SOPAS DE CUCHUCO Y VERDURAS	SOPAS DE POLLO
POLLO SUDADO	CARNE ESMECHADA	POLLO SUDADO CON PAPA	CARNE EN BISTEC	ARROZ MIXTO DE CARNE CON POLLO
ARROZ BLANCO	ARROZ VERDE	ARROZ BLANCO	ARROZ DE AJO	PLATANO AL VAPOR
TAJADA DE PLATANO	ENSALADA DE HABICHUELA	ENSALADA ROJA	YUCA COCIDA	ENSALADA VERDE
ENSALADA DE LECHUGA CON PEPINO	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	ENSALADA PICO DE GALLO	
JUGO DE FRUTA DE COSECHA			JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA
SEMANA No.2				
MENU 6	**MENU 7**	**MENU 8**	**MENU 9**	**MENU 10**
DESAYUNO				
COLADA MAIZENA	JUGO DE MANGO CON LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	CHOCOLATE CON LECHE	SORBETE DE AVENA
PAN BLANCO	HUEVOS REVUELTOS CON ZANAHORIA	CALDO DE PAJARILLA CON VERDURAS	HUEVOS PERICOS	CALDO DE TORTILLA CON VERDURAS
CALDO DE POLLO CON VERDURAS	GALLETA SALTIN	AREPA DE MAIZ ASADA	PLATANO ASADO	
AREPA ASADA	AREPA DE MAIZ ASADA	FRUTA DE COSECHA	PAN PEQUEÑO	AREPA ASADA
FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA		FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA

ALMUERZO				
SOPAS DE LENTEJAS	SOPAS DE VERDURAS	FRIJOLES GUISADOS	CREMA DE AHUYAMA	SOPAS DE VERDURAS
CARNE EN BISTEC	POLLO SUDADO	PECHUGA A LA PLANCHA	PASTAS EN SALSA DE TOMATE	POLLO ESMECHADO
ARROZ CON FIDEO	ARROZ DE TOMATE	ARROZ DE AJO	ALBONDIGAS DE CARNE DE RES	ARROZ CON CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA	YUCA COCIDA	ENSALADA DE AGUACATE	PLATANO MADURO	PLATANO COCIDO
YUCA COCIDA	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE	PATACONA	ENSALADA DE ZANAHORIA	TAJADA DE AGUACATE
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA
SEMANA 3				
MENU 11	**MENU 12**	**MENU 13**	**MENU 14**	
DESAYUNO				
AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA EN HOJUELAS CON LECHE	JUGO DE FRUTA CON LECHE	JUGO DE NARANJA	
CALDO DE MENUDENCIAS	HUEVOS PERICOS	GALLETA SALTIN	CALDO DE PAJARILLA CON VERDURAS	
AREPA ASADA	AREPA DE MAIZ CON QUESO ASADA	TORTILLA DE HUEVO		
PAN BLANCO PEQUEÑO		PAPA COCIDA	AREPA ASADA	
FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA	
ALMUERZO				
LENTEJAS GUISADAS	CREMA DE ZANAHORIA	FRIJOLES GUISADOS	AJIACO CAQUETEÑO	
CARNE EN BISTEC	MUSLOS DE POLLO GUISADOS	CARNE ASADA	PECHUGA ASADA	
ARROZ BLANCO	ARROZ DE AJO	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE ZANAHORIA	
PURE DE PAPA	PAPA COCIDA	ENSALADA DE AGUACATE	PURE DE PAPA	
ENSALADA LECHUGA Y AGUACATE	ENSALADA DE AGUACATE	ENSALADA DE AGUACATE	ENSALADA DE REMOLACHA	
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	

Elaboró:



SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista -Dietista
MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** **TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 1

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	COLADA DE MAIZENA	A001	Almidón de maíz, crudo	17	17	62,9	0,051	0,017	15,538	0	0,34	0,085	0,017	1,53
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	150	150	82,5	4,8	4,8	5,1	58,5	180	0	0,6	63
	PAN MOGOLLA	A057	Mogolla, integral, horneada	50	50	155,0	3,6	0,95	33,05	0	20	3	0	0,5
	CALDO DE MENUDENCIA CON VERDURAS	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	30	30	28,8	0,66	0,03	6,33	0,6	3,3	0,3	0	5,4
		B006	Ahuyama, cruda	35	29,75	8,9	0,238	0,0595	1,7255	528,0625	5,95	0,238	0,0595	0,2975
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25	21,25	10,0	0,14875	0,02125	2,01875	280,075	5,7375	0,085	0,0425	7,4375
		B052	Habichuela, cruda	25	22,5	9,7	0,4725	0	1,62	7,425	9	0,225	0,045	1,35
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B035	Cilantro, crudo	10	9	4,0	0,207	0,054	0,531	35,1	7,38	0,162	0,045	4,14
		B014	Apio, crudo	10	5	1,3	0,035	0,01	0,23	1,1	2,1	0,02	0,01	4
		B019	Arveja verde, cruda	50	20	19,8	1,18	0,06	3,1	10,2	7,2	0,3	0,24	1
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
		F081	Pollo, Menudencias, crudas	100	100	139,0	17,4	7	1,5	2657	10	5,7	3	77
	AREPA DE MAIZ ASADA	A005	Arepa de maíz precocido, sin sal	50	50	78,0	1,7	0,25	17,25	0	9,5	0,25	0,1	0
	FRUTA DE COSECHA	C079	Sandía, cruda	150	60	10,2	0,24	0	2,22	18	2,4	0,18	0,06	0,6
ALMUERZO	SOPAS DE FRIJOLES	T011	Frijol cargamanto rojo, crudo	50	50	193,0	11,4	0,75	30,2	0	59,5	2,65	1,3	5
		B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	35	28	20,7	0,532	0,028	4,284	0	3,92	0,084	0,056	3,08
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	20	8	3,0	0,096	0,008	0,544	16	4,56	0,04	0,016	1,2
		B014	Apio, crudo	20	10	2,6	0,07	0,02	0,46	2,2	4,2	0,04	0,02	8
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	8,0	0,119	0,017	1,615	224,06	4,59	0,068	0,034	5,95
		B035	Cilantro, crudo	12	10,8	4,8	0,2484	0,0648	0,6372	42,12	8,856	0,1944	0,054	4,968
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		L015	Sal	1	0,5	0,0	0	0	0	0	0,12	0,0015	0,0005	193,905
	POLLO SUDADO	F075	Pollo, contramuslo sin piel, crudo	110	100,1	139,1	18,9189	7,007	0	7,007	7,007	0,8008	1,6016	90,09
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	20	8	3,0	0,096	0,008	0,544	16	4,56	0,04	0,016	1,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
		D004	Aceite de girasol	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		L015	Sal	1	0,5	0,0	0	0	0	0	0,12	0,0015	0,0005	193,905
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	353,0	6,7	0,4	80,1	0	9	0,8	1,2	2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,133	0,0095	0,7315	0,095	2,28	0,0285	0,019	0,38
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	1	0,5	0,0	0	0	0	0	0,12	0,0015	0,0005	193,905
	TAJADA DE MADURO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	60	43,2	57,0	0,4752	0,0864	13,0896	23,328	1,296	0,216	0,0432	1,728
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA CON PEPINO	B059	Lechuga común, cruda	40	22	4,0	0,176	0,022	0,572	2,2	4,62	0,198	0,066	1,32
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
		B027	Cebolla cabezona, cruda	16	15,2	6,1	0,2128	0,0152	1,1704	0,152	3,648	0,0456	0,0304	0,608
		B077	Pepino Cohombro, crudo	36	27	3,8	0,135	0,027	0,621	0,54	4,86	0,081	0,027	0,54
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	80	48	27,8	0,816	0,048	6	74,4	4,8	0,384	0,048	0,48
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	1634,7	72,2		34,9		248,1		4024,6	409,9	16,6	9,0	957,4
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	1423,8	58,2	#	55,4	#	232,4	#	#N/A	560,0	9,8	5,3	1050,0
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	2373	83,2	#	79,2	#	332,0	#	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
								0,0	800,0	14,0	7,5	1500,0
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	114,8%	124,0%	#	62,9%	#	106,7%	#	#N/A	73,2%	169,8%	170,6%	91,2%

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** **TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 2

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C044	Limón, crudo	5	2,5	1,1	0,0075	0,0075	0,2325	0,025	0,475	0,0125	0,0025	0,1
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0
	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	49,5	73,8	6,237	5,346	0,1485	87,615	26,235	0,8415	0,693	68,805
		D004	Aceite de girasol	7	7	63,0	0	7	0	0	0	0	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,133	0,0095	0,7315	0,095	2,28	0,0285	0,019	0,38
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
	AJIACO CAQUETEÑO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	108	100,44	166,7	20,79108	9,24048	0,10044	24,1056	11,0484	0,70308	0,80352	63,2772
		B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	50	40	29,6	0,76	0,04	6,12	0	5,6	0,12	0,08	4,4
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	20	8	3,0	0,096	0,008	0,544	16	4,56	0,04	0,016	1,2
		B015	Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda	20	16	17,8	0,144	0,016	4,208	9,12	3,36	0,144	0	0,16
		B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	20	20	19,2	0,44	0,02	4,22	0,4	2,2	0,2	0	3,6
		A053	Maíz tierno, crudo	40	40	60,8	1,36	0,48	12,2	11,2	2	0,32	0,16	1,2
		B047	Guascas, crudas	10	3,5	1,8	0,112	0,0175	0,2905	11,2	8,575	0,2485	0	0
		G001	Crema de leche	5	5	16,5	0,105	1,75	0,085	17,65	3,4	0	0,01	2,3
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	AREPA ASADA	A005	Arepa de maíz precocido, sin sal	50	50	78,0	1,7	0,25	17,25	0	9,5	0,25	0,1	0
	FRUTA DE COSECHA	C051	Mango común, crudo	150	75	59,3	0,45	0	12,825	105	11,25	0,375	0,075	3
ALMUERZO	SANCOCHO DE CARNE	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	25	25	24,0	0,55	0,025	5,275	0,5	2,75	0,25	0	4,5
		B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	30	24	17,8	0,456	0,024	3,672	0	3,36	0,072	0,048	2,64
		B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	25	20	31,8	0,18	0,06	7,48	0,2	3,2	0,06	0,06	2,8
		B092	Plátano hartón, verde, crudo	30	20,4	33,9	0,2448	0,0408	8,0172	21,42	1,632	0,0816	0,0204	5,304
		B006	Ahuyama, cruda	25	21,25	6,4	0,17	0,0425	1,2325	377,1875	4,25	0,17	0,0425	0,2125
		B015	Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda	15	12	13,3	0,108	0,012	3,156	6,84	2,52	0,108	0	0,12
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	8,0	0,119	0,017	1,615	224,06	4,59	0,068	0,034	5,95
		B081	Pimentón verde, crudo	10	8	2,2	0,072	0,008	0,392	1,6	0,88	0,032	0,008	0,24
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,133	0,0095	0,7315	0,095	2,28	0,0285	0,019	0,38
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	1,5	0,048	0,004	0,272	8	2,28	0,02	0,008	0,6
		B052	Habichuela, cruda	15	13,5	5,8	0,2835	0	0,972	4,455	5,4	0,135	0,027	0,81
		B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
		B014	Apio, crudo	10	5	1,3	0,035	0,01	0,23	1,1	2,1	0,02	0,01	4
		F099	Res, carne magra, cruda	100	100	139,0	21,8	5,7	0	0	6	2,7	3,6	51
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
	CARNE ESMECHADA	F099	Res, carne magra, cruda	100	100	139,0	21,8	5,7	0	0	6	2,7	3,6	51
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,133	0,0095	0,7315	0,095	2,28	0,0285	0,019	0,38
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,108	0,012	0,492	7,44	1,08	0,06	0,012	0,72
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ARROZ DE AJO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	353,0	6,7	0,4	80,1	0	9	0,8	1,2	2
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ENSALADA DE HABICHUELA	B052	Habichuela, cruda	60	54	23,2	1,134	0	3,888	17,82	21,6	0,54	0,108	3,24
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,108	0,012	0,492	7,44	1,08	0,06	0,012	0,72
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,133	0,0095	0,7315	0,095	2,28	0,0285	0,019	0,38
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0	0,0002	77,562
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C079	Sandía, cruda	80	32	5,4	0,128	0	1,184	9,6	1,28	0,096	0,032	0,32
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	1567,9	87,6		46,4		193,6		998,0	188,6	11,6	11,0	756,0
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	1423,8	58,2	#	55,4	#	232,4	#	#N/A	560,0	9,8	5,3	1050,0
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	2373	83,2	#	79,2	#	332,0	#	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
								0,0	800,0	14,0	7,5	1500,0
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	110,1%	150,3%	#	83,6%	#	83,3%	#	#N/A	33,7%	118,8%	209,0%	72,0%

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 3

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	AGUA DE PANELA CON LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	150	150	82,5	4,8	4,8	5,1	58,5	180	0	0,6	63
		K033	Panela	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	0	4,2	0,49	0,14	3,9
	CARNE SUDADA	F099	Res, carne magra, cruda	100	100	139,0	21,8	5,7	0	0	6	2,7	3,6	51
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25	21,25	10,0	0,14875	0,02125	2,01875	280,075	5,7375	0,085	0,0425	7,4375
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		D004	Aceite de girasol	7	7	63,0	0	7	0	0	0	0	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,133	0,0095	0,7315	0,095	2,28	0,0285	0,019	0,38
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
	PAN MOGOLLA	A057	Mogolla, integral, horneada	50	50	155,0	3,6	0,95	33,05	0	20	3	0	0,5
	YUCA COCIDA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80	64	101,8	0,576	0,192	23,936	0,64	10,24	0,192	0,192	8,96
	FRUTA DE COSECHA	C079	Sandía, cruda	150	60	10,2	0,24	0	2,22	18	2,4	0,18	0,06	0,6
ALMUERZO	SOPAS DE ARVEJAS	B019	Arveja verde, cruda	70	28	27,7	1,652	0,084	4,34	14,28	10,08	0,42	0,336	1,4
		B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	40	32	23,7	0,608	0,032	4,896	0	4,48	0,096	0,064	3,52
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	20	8	3,0	0,096	0,008	0,544	16	4,56	0,04	0,016	1,2
		B014	Apio, crudo	20	10	2,6	0,07	0,02	0,46	2,2	4,2	0,04	0,02	8
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25	21,25	10,0	0,14875	0,02125	2,01875	280,075	5,7375	0,085	0,0425	7,4375
		B035	Cilantro, crudo	10	9	4,0	0,207	0,054	0,531	35,1	7,38	0,162	0,045	4,14
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		D004	Aceite de girasol	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	POLLO SUDADO CON PAPA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	108	100,44	166,7	20,79108	9,24048	0,10044	24,1056	11,0484	0,70308	0,80352	63,2772
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25	21,25	10,0	0,14875	0,02125	2,01875	280,075	5,7375	0,085	0,0425	7,4375
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B009	Ajo, crudo	3	2,85	4,1	0,13395	0,00855	0,83505	0	1,14	0,03705	0,0285	0,5415
		B103	Tomate, crudo	30	24	5,5	0,216	0,024	0,984	14,88	2,16	0,12	0,024	1,44
		B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	40	32	23,7	0,608	0,032	4,896	0	4,48	0,096	0,064	3,52
		D004	Aceite de girasol	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	353,0	6,7	0,4	80,1	0	9	0,8	1,2	2
		B009	Ajo, crudo	3	2,85	4,1	0,13395	0,00855	0,83505	0	1,14	0,03705	0,0285	0,5415
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ENSALADA ROJA	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	50	40	21,2	0,56	0,04	4,12	0,8	6,4	0,32	0,16	28,4
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	40	34	16,0	0,238	0,034	3,23	448,12	9,18	0,136	0,068	11,9
		J004	Huevo de gallina, entero, crudo	10	9	13,4	1,134	0,972	0,027	15,93	4,77	0,153	0,126	12,51
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
		D008	Aceite de oliva	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0,06
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C061	Mora de castilla, cruda	80	72	53,3	0,72	0,072	10,512	0	30,24	1,224	0,36	0,72
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	1523,1	66,7		43,9		207,9		1509,2	369,8	11,6	8,3	686,4
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	1423,8	58,2	#	55,4	#	232,4	#	#N/A	560,0	9,8	5,3	1050,0
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	2373	83,2	#	79,2	#	332,0	#	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
								0,0	800,0	14,0	7,5	1500,0
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	107,0%	114,6%	#	79,1%	#	89,5%	#	#N/A	66,0%	118,4%	157,3%	65,4%

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** **TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 4

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	MAZAMORRA DE MAIZ CON LECHE	A046	Maíz blanco, trillado	50	50	178,5	4,35	0,45	38,95	0	5	1	0	3
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	26	26	129,7	6,838	6,916	9,984	74,88	244,4	0,13	0,858	95,94
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0
	HUEVOS CON MAIZ TIERNO Y ESPINACA	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	50	73,8	6,237	5,346	0,1485	87,615	26,235	0,8415	0,693	68,805
		A053	Maíz tierno, crudo	10	10	15,2	0,34	0,12	3,05	2,8	0,5	0,08	0,04	0,3
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
		B044	Espinaca, cruda	16	10	3,3	0,2784	0,0192	0,3648	51,168	11,808	0,2304	0,048	6,336
		L015	Sal	1	0,5	0,0	0	0	0	0	0,12	0,0015	0,0005	193,905
		D004	Aceite de girasol	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0
	AREPA DE MAIZ	A005	Arepa de maíz precocido, sin sal	60	60	93,6	2,04	0,3	20,7	0	11,4	0,3	0,12	0
	FRUTA EN PORCION	C050	Mandarina, cruda	100	70	37,8	0,63	0,07	7,98	24,5	24,5	0,21	0,14	1,4
ALMUERZO	CREMA DE AHUYAMA	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	30	30	28,8	0,66	0,03	6,33	0,6	3,3	0,3	0	5,4
		B006	Ahuyama, cruda	80	68	20,4	0,544	0,136	3,944	1207	13,6	0,544	0,136	0,68
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	SOPAS DE CUCHUCU	A017	Cuchuco de cebada, crudo	27	27	96,7	2,268	0,189	21,438	0	9,72	0,459	0	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25	21,25	10,0	0,14875	0,02125	2,01875	280,075	5,7375	0,085	0,0425	7,4375
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	1,5	0,048	0,004	0,272	8	2,28	0,02	0,008	0,6
		B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	40	40	38,4	0,88	0,04	8,44	0,8	4,4	0,4	0	7,2
		B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
	CARNE EN BISTEC	F099	Res, carne magra, cruda	100	100	139,0	21,8	5,7	0	0	6	2,7	3,6	51
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
	ARROZ DE AJO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	353,0	6,7	0,4	80,1	0	9	0,8	1,2	2
		B009	Ajo, crudo	1	0,95	1,4	0,04465	0,00285	0,27835	0	0,38	0,01235	0,0095	0,1805
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	YUCA COCIDA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	70	56	89,0	0,504	0,168	20,944	0,56	8,96	0,168	0,168	7,84
	ENSALADA PICO DE GALLO	B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,108	0,012	0,492	7,44	1,08	0,06	0,012	0,72
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,133	0,0095	0,7315	0,095	2,28	0,0285	0,019	0,38
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C056	Maracuyá, cruda	100	32	19,2	0,48	0,16	3,968	55,36	2,88	0,544	0,032	1,92
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	1577,2	56,5		38,3		247,4		1864,1	422,6	9,5	7,4	698,1
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	1423,8	58,2	#	55,4	#	232,4	#	#N/A	560,0	9,8	5,3	1050,0
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	2373	83,2	#	79,2	#	332,0	#	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
								0,0	800,0	14,0	7,5	1500,0
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	110,8%	97,1%	#	69,0%	#	106,4%	#	#N/A	75,5%	96,8%	140,4%	66,5%

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** **TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 5

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	CHOCOLATE	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	18	18	83,9	0,648	2,988	13,59	0,36	6,48	0,63	0,216	0
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	26	26	129,7	6,838	6,916	9,984	74,88	244,4	0,13	0,858	95,94
	CALDO DE HUEVO CON VERDURAS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	100	90	134,1	11,34	9,72	0,27	159,3	47,7	1,53	1,26	125,1
		B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	50	40	29,6	0,76	0,04	6,12	0	5,6	0,12	0,08	4,4
		B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	20	20	19,2	0,44	0,02	4,22	0,4	2,2	0,2	0	3,6
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	20	8	3,0	0,096	0,008	0,544	16	4,56	0,04	0,016	1,2
		B014	Apio, crudo	20	10	2,6	0,07	0,02	0,46	2,2	4,2	0,04	0,02	8
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	12,0	0,1785	0,0255	2,4225	336,09	6,885	0,102	0,051	8,925
		B035	Cilantro, crudo	10	9	4,0	0,207	0,054	0,531	35,1	7,38	0,162	0,045	4,14
		B009	Ajo, crudo	3	2,85	4,1	0,13395	0,00855	0,83505	0	1,14	0,03705	0,0285	0,5415
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	AREPA DE MAIZ SIN SAL	A005	Arepa de maíz precocido, sin sal	50	50	78,0	1,7	0,25	17,25	0	9,5	0,25	0,1	0
	FRUTA DE COSECHA	C065	Papaya, madura, cruda	100	70	28,0	0,35	0,07	5,74	164,5	16,8	0,21	0,07	3,5
ALMUERZO	SOPAS DE POLLO	F073	Pollo, contramuslo con piel, crudo	110	100,1	205,2	17,1171	15,1151	0	42,042	10,01	0,7007	0,5	76,076
		B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	30	24	17,8	0,456	0,024	3,672	0	3,36	0,072	0,048	2,64
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	1,5	0,048	0,004	0,272	8	2,28	0,02	0,008	0,6
		B014	Apio, crudo	10	5	1,3	0,035	0,01	0,23	1,1	2,1	0,02	0,01	4
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25	21,25	10,0	0,14875	0,02125	2,01875	280,075	5,7375	0,085	0,0425	7,4375
		B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ARROZ MIXTO DE CARNE Y POLLO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	353,0	6,7	0,4	80,1	0	9	0,8	1,2	2
		F099	Res, carne magra, cruda	50	50	69,5	10,9	2,85	0	0	3	1,35	1,8	25,5
		F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	54	50,22	83,4	10,39554	4,62024	0,05022	12,0528	5,5242	0,35154	0,40176	31,6386
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	12,0	0,1785	0,0255	2,4225	336,09	6,885	0,102	0,051	8,925
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B052	Habichuela, cruda	30	27	11,6	0,567	0	1,944	8,91	10,8	0,27	0,054	1,62
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	MADURO AL VAPOR	B089	plátano hartón, maduro, crudo	70	50,4	66,5	0,5544	0,1008	15,2712	27,216	1,512	0,252	0,0504	2,016
	ENSALADA VERDE	B059	Lechuga común, cruda	40	22	4,0	0,176	0,022	0,572	2,2	4,62	0,198	0,066	1,32
		B077	Pepino Cohombro, crudo	20	15	2,1	0,075	0,015	0,345	0,3	2,7	0,045	0,015	0,3
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C086	Uva Isabella, cruda	65	58,5	29,8	0,234	0	7,0785	4,095	4,68	0,234	0,0585	5,265
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	1501,4	71,9		48,5		188,5		1556,7	457,0	8,5	7,3	665,9
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	1423,8	58,2	#	55,4	#	232,4	#	#N/A	560,0	9,8	5,3	1050,0
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	2373	83,2	#	79,2	#	332,0	#	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
								0,0	800,0	14,0	7,5	1500,0
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	105,4%	123,4%	#	87,4%	#	81,1%	#	#N/A	81,6%	86,3%	138,7%	63,4%

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** **TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 6

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
								g						
DESAYUNO	COLADA DE MAIZENA	A001	Almidón de maíz, crudo	18	18	66,6	0,054	0,018	16,452	0	0,36	0,09	0,018	1,62
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	150	150	82,5	4,8	4,8	5,1	58,5	180	0	0,6	63
	PAN BLANCO	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	60	60	166,8	5,34	0,96	34,08	0	15	1,14	0,48	709,8
	CALDO DE POLLO CON VERDURAS	F075	Pollo, contramuslo sin piel, crudo	110	100,1	139,1	18,9189	7,007	0	7,007	7,007	0,8008	1,6016	90,09
		B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	50	40	29,6	0,76	0,04	6,12	0	5,6	0,12	0,08	4,4
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	20	8	3,0	0,096	0,008	0,544	16	4,56	0,04	0,016	1,2
		B014	Apio, crudo	20	10	2,6	0,07	0,02	0,46	2,2	4,2	0,04	0,02	8
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	8,0	0,119	0,017	1,615	224,06	4,59	0,068	0,034	5,95
		B035	Cilantro, crudo	10	9	4,0	0,207	0,054	0,531	35,1	7,38	0,162	0,045	4,14
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	PLATANO COCIDO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	52	37,44	49,4	0,41184	0,07488	11,34432	20,2176	1,1232	0,1872	0,03744	1,4976
	FRUTA DE COSECHA	C010	Banano común, crudo	100	70	70,7	1,05	0,07	15,61	15,4	5,6	0,63	0,14	2,1
ALMUERZO	SOPAS DE LENTEJAS	T026	Lenteja común, cruda	50	50	193,5	11,55	0,45	30,5	1	25,5	3,6	1,8	13,5
		B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	26	20,8	15,4	0,3952	0,0208	3,1824	0	2,912	0,0624	0,0416	2,288
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	20	8	3,0	0,096	0,008	0,544	16	4,56	0,04	0,016	1,2
		B014	Apio, crudo	20	10	2,6	0,07	0,02	0,46	2,2	4,2	0,04	0,02	8
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25	21,25	10,0	0,14875	0,02125	2,01875	280,075	5,7375	0,085	0,0425	7,4375
		B035	Cilantro, crudo	10	9	4,0	0,207	0,054	0,531	35,1	7,38	0,162	0,045	4,14
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		D004	Aceite de girasol	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	CARNE EN BISTEC	F099	Res, carne magra, cruda	100	100	139,0	21,8	5,7	0	0	6	2,7	3,6	51
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	80	80	282,4	5,36	0,32	64,08	0	7,2	0,64	0,96	1,6
		A074	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	10	10	37,1	1,3	0,14	7,48	0	2,1	0,1	0,15	0,5
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ENSALADA DE LECHUGA	B059	Lechuga común, cruda	60	33	5,9	0,264	0,033	0,858	3,3	6,93	0,297	0,099	1,98
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,108	0,012	0,492	7,44	1,08	0,06	0,012	0,72
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,133	0,0095	0,7315	0,095	2,28	0,0285	0,019	0,38
	YUCA COCIDA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	75	60	95,4	0,54	0,18	22,44	0,6	9,6	0,18	0,18	8,4
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C045	Lulo, crudo	75	45	21,6	0,405	0,045	4,005	16,65	4,5	0,27	0,045	0
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	**1624,5**	**75,2**		**33,2**		**244,8**		**741,5**	**340,4**	**11,8**	**10,3**	**1228,8**
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	**1423,8**	**58,2**	#	**55,4**	#	**232,4**	#	**#N/A**	**560,0**	**9,8**	**5,3**	**1050,0**
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	**2373**	**83,2**	#	**79,2**	#	**332,0**	#	**#N/A**	**#N/A**	**#N/A**	**#N/A**	**#N/A**
								0,0	**800,0**	**14,0**	**7,5**	**1500,0**
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	**114,1%**	**129,1%**	#	**59,8%**	#	**105,3%**	#	**#N/A**	**60,8%**	**120,3%**	**195,5%**	**117,0%**

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** **TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 7

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	JUGO DE MANGO CON LECHE	C051	Mango común, crudo	100	50	39,5	0,3	0	8,55	70	7,5	0,25	0,05	2
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	26	26	129,7	6,838	6,916	9,984	74,88	244,4	0,13	0,858	95,94
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0
	HUEVOS REVUELTOS CON ZANAHORIA	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	49,5	73,8	6,237	5,346	0,1485	87,615	26,235	0,8415	0,693	68,805
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25	21,25	10,0	0,14875	0,02125	2,01875	280,075	5,7375	0,085	0,0425	7,4375
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	AREPA DE MAIZ ASADA	A005	Arepa de maíz precocido, sin sal	50	50	78,0	1,7	0,25	17,25	0	9,5	0,25	0,1	0
	GALLETA SALTIN	A027	Galletas saladas, tipo soda	15,00	15	63,6	1,44	1,455	10,935	0,15	5,7	0,84	0,105	141,6
	FRUTA DE COSECHA	C051	Mango común, crudo	150	75	59,3	0,45	0	12,825	105	11,25	0,375	0,075	3
ALMUERZO	SOPA DE VERDURAS	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	50	50	48,0	1,1	0,05	10,55	1	5,5	0,5	0	9
		B006	Ahuyama, cruda	30	25,5	7,7	0,204	0,051	1,479	452,625	5,1	0,204	0,051	0,255
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	8,0	0,119	0,017	1,615	224,06	4,59	0,068	0,034	5,95
		B052	Habichuela, cruda	34	30,6	13,2	0,6426	0	2,2032	10,098	12,24	0,306	0,0612	1,836
		B009	Ajo, crudo	1	0,95	1,4	0,04465	0,00285	0,27835	0	0,38	0,01235	0,0095	0,1805
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
		B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
		B014	Apio, crudo	15	7,5	2,0	0,0525	0,015	0,345	1,65	3,15	0,03	0,015	6
		B019	Arveja verde, cruda	60	24	23,8	1,416	0,072	3,72	12,24	8,64	0,36	0,288	1,2
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	POLLO SUDADO	F075	Pollo, contramuslo sin piel, crudo	110	100,1	139,1	18,9189	7,007	0	7,007	7,007	0,8008	1,6016	90,09
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	20	8	3,0	0,096	0,008	0,544	16	4,56	0,04	0,016	1,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		L015	Sal	1	0,5	0,0	0	0	0	0	0,12	0,0015	0,0005	193,905
	ARROZ DE TOMATE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	80	80	282,4	5,36	0,32	64,08	0	7,2	0,64	0,96	1,6
		B103	Tomate, crudo	12	10	2,2	0,0864	0,0096	0,3936	5,952	0,864	0,048	0,0096	0,576
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE	B077	Pepino Cohombro, crudo	36	27	3,8	0,135	0,027	0,621	0,54	4,86	0,081	0,027	0,54
		B103	Tomate, crudo	25	20	4,6	0,18	0,02	0,82	12,4	1,8	0,1	0,02	1,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
	YUCA COCIDA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	75	60	95,4	0,54	0,18	22,44	0,6	9,6	0,18	0,18	8,4
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C035	Gulupa, verde, cruda	73	40,88	23,3	0,32704	0	5,43704	14,7168	1,6352	0,08176	0	2,4528
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	**1368,1**	**47,7**		**41,9**		**193,1**		**1404,8**	**410,7**	**6,6**	**5,4**	**882,1**
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	**1423,8**	**58,2**	#	**55,4**	#	**232,4**	#	**#N/A**	**560,0**	**9,8**	**5,3**	**1050,0**
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	**2373**	**83,2**	#	**79,2**	#	**332,0**	#	**#N/A**	**#N/A**	**#N/A**	**#N/A**	**#N/A**
								0,0	**800,0**	**14,0**	**7,5**	**1500,0**
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	**96,1%**	**81,9%**	#	**75,6%**	#	**83,1%**	#	**#N/A**	**73,3%**	**67,7%**	**102,8%**	**84,0%**

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL	**PLANEACION CICLOS DE MENU**	NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	GRUPO DE EDAD:
			TEL.:	3226846186	50 a 74 años

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 8

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	JUGO DE FRUTA	C051	Mango común, crudo	100	50	39,5	0,3	0	8,55	70	7,5	0,25	0,05	2
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0
	CALDO DE PAJARILLA	F115	Res, pajarilla o bazo, cruda	100	100	102,0	18,4	3,2	0	0	10	44,5	2,1	85
		B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	40	40	32,0	0,88	0,04	6,76	0	4,8	0,32	0,12	2,4
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	2,2	0,072	0,006	0,408	12	3,42	0,03	0,012	0,9
		B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	8,0	0,119	0,017	1,615	224,06	4,59	0,068	0,034	5,95
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
	AREPA DE MAIZ ASADA	A005	Arepa de maíz precocido, sin sal	50	50	78,0	1,7	0,25	17,25	0	9,5	0,25	0,1	0
	FRUTA DE COSECHA	C051	Mango común, crudo	150	75	59,3	0,45	0	12,825	105	11,25	0,375	0,075	3
ALMUERZO	FRIJOLES GUISADOS	T011	Frijol cargamanto rojo, crudo	50	50	193,0	11,4	0,75	30,2	0	59,5	2,65	1,3	5
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B009	Ajo, crudo	5	4,75	6,8	0,22325	0,01425	1,39175	0	1,9	0,06175	0,0475	0,9025
		B103	Tomate, crudo	25	20	4,6	0,18	0,02	0,82	12,4	1,8	0,1	0,02	1,2
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	PECHUGA A LA PLANCHA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	108	100,44	166,7	20,79108	9,24048	0,10044	24,1056	11,0484	0,70308	0,80352	63,2772
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
	ARROZ DE AJO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	353,0	6,7	0,4	80,1	0	9	0,8	1,2	2
		B009	Ajo, crudo	5	4,75	6,8	0,22325	0,01425	1,39175	0	1,9	0,06175	0,0475	0,9025
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ENSALADA DE AGUACATE	C002	Aguacate Lorena, crudo	40	30,8	55,1	0,4928	4,0964	3,08	0,924	3,08	0,1232	0,154	1,848
		B103	Tomate, crudo	25	20	4,6	0,18	0,02	0,82	12,4	1,8	0,1	0,02	1,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
	PATACONA	B089	plátano hartón, maduro, crudo	76	54,72	72,2	0,60192	0,10944	16,58016	29,5488	1,6416	0,2736	0,05472	2,1888
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C072	Piña, cruda	73	40,15	22,5	0,2409	0,04015	4,9786	3,212	6,424	0,20075	0,0803	1,2045
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	1453,6	63,9		38,3		202,0		511,8	167,4	51,2	6,4	338,8
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	1423,8	58,2	#	55,4	#	232,4	#	#N/A	560,0	9,8	5,3	1050,0
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	2373	83,2	#	79,2	#	332,0	#	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
								0,0	800,0	14,0	7,5	1500,0
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	102,1%	109,8%	#	69,1%	#	86,9%	#	#N/A	29,9%	522,0%	121,4%	32,3%

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** **TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 9

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	CHOCOLATE CON LECHE	K011	Chocolate, en pastilla, con azúcar y leche	25	25	116,5	1,875	3,95	18,35	2,25	34,75	0,55	0	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	150	150	82,5	4,8	4,8	5,1	58,5	180	0	0,6	63
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0
	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	110	99	147,5	12,474	10,692	0,297	175,23	52,47	1,683	1,386	137,61
		D004	Aceite de girasol	7	7	63,0	0	7	0	0	0	0	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,133	0,0095	0,7315	0,095	2,28	0,0285	0,019	0,38
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
	PLATANO ASADO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	75	54	71,3	0,594	0,108	16,362	29,16	1,62	0,27	0,054	2,16
	PAN PEQUEÑO	A064	Pan de leche, horneado	50	50	140,5	4,3	2,4	24,85	11	41,5	1,5	0,3	176
	FRUTA DE COSECHA	C079	Sandía, cruda	150	60	10,2	0,24	0	2,22	18	2,4	0,18	0,06	0,6
ALMUERZO	CREMA DE AHUYAMA	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	30	30	28,8	0,66	0,03	6,33	0,6	3,3	0,3	0	5,4
		B006	Ahuyama, cruda	80	68	20,4	0,544	0,136	3,944	1207	13,6	0,544	0,136	0,68
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	PASTAS EN SALSA DE TOMATE	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	80	80	296,8	10,4	1,2	59,76	0	20	3,12	1,04	4,8
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B103	Tomate, crudo	40	32	7,4	0,288	0,032	1,312	19,84	2,88	0,16	0,032	1,92
		B009	Ajo, crudo	3	2,85	4,1	0,13395	0,00855	0,83505	0	1,14	0,03705	0,0285	0,5415
		D004	Aceite de girasol	7	7	63,0	0	7	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ALBONDIGAS DE CARNE DE RES	F099	Res, carne magra, cruda	100	100	139,0	21,8	5,7	0	0	6	2,7	3,6	51
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B080	Pimentón rojo, crudo	15	12,75	4,5	0,1275	0,03825	0,80325	23,46	0,8925	0,051	0,0255	0,255
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		B103	Tomate, crudo	40	32	7,4	0,288	0,032	1,312	19,84	2,88	0,16	0,032	1,92
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	PLATANO MADURO COCIDO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	100	72	95,0	0,792	0,144	21,816	38,88	2,16	0,36	0,072	2,88
	ENSALADA DE ZANAHORIA	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	35	29,75	14,0	0,20825	0,02975	2,82625	392,105	8,0325	0,119	0,0595	10,4125
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,108	0,012	0,492	7,44	1,08	0,06	0,012	0,72
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,133	0,0095	0,7315	0,095	2,28	0,0285	0,019	0,38
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C051	Mango común, crudo	100	50	39,5	0,3	0	8,55	70	7,5	0,25	0,05	2
		K003	Azúcar blanco, granulado	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0	0,01	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	1497,4		61,3			48,4			197,4			2101,5		406,5		12,5		7,7	778,6
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	1423,8		58,2	#		55,4	#		232,4	#		#N/A		560,0		9,8		5,3	1050,0
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	2373		83,2	#		79,2	#		332,0	#		#N/A		#N/A		#N/A		#N/A	#N/A
												0,0		800,0		14,0		7,5	1500,0
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	105,2%		105,3%	#		87,4%	#		84,9%	#		#N/A		72,6%		127,3%		146,6%	74,2%

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** **TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 10

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	SORBETE DE AVENA	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	150	150	82,5	4,8	4,8	5,1	58,5	180	0	0,6	63
		A029	Harina de avena, cruda	15	15	62,1	2,205	1,29	9,93	0	8,1	0,6	0,48	2,85
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0
	CALDO DE TORTILLA DE HUEVO CON VERDURAS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	49,5	73,8	6,237	5,346	0,1485	87,615	26,235	0,8415	0,693	68,805
		B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	70	70	56,0	1,54	0,07	11,83	0	8,4	0,56	0,21	4,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	1,5	0,048	0,004	0,272	8	2,28	0,02	0,008	0,6
		B035	Cilantro, crudo	10	9	4,0	0,207	0,054	0,531	35,1	7,38	0,162	0,045	4,14
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25	21,25	10,0	0,14875	0,02125	2,01875	280,075	5,7375	0,085	0,0425	7,4375
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
	AREPA ASADA	A005	Arepa de maíz precocido, sin sal	50	50	78,0	1,7	0,25	17,25	0	9,5	0,25	0,1	0
	FRUTA DE COSECHA	C010	Banano común, crudo	143	100,1	101,1	1,5015	0,1001	22,3223	22,022	8,008	0,9009	0,2002	3,003
ALMUERZO	SOPA DE VERDURAS	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	50	50	48,0	1,1	0,05	10,55	1	5,5	0,5	0	9
		B006	Ahuyama, cruda	30	25,5	7,7	0,204	0,051	1,479	452,625	5,1	0,204	0,051	0,255
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	8,0	0,119	0,017	1,615	224,06	4,59	0,068	0,034	5,95
		B052	Habichuela, cruda	34	30,6	13,2	0,6426	0	2,2032	10,098	12,24	0,306	0,0612	1,836
		B009	Ajo, crudo	1	0,95	1,4	0,04465	0,00285	0,27835	0	0,38	0,01235	0,0095	0,1805
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
		B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
		B014	Apio, crudo	15	7,5	2,0	0,0525	0,015	0,345	1,65	3,15	0,03	0,015	6
		B019	Arveja verde, cruda	60	24	23,8	1,416	0,072	3,72	12,24	8,64	0,36	0,288	1,2
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	POLLO ESMECHADO	F075	Pollo, contramuslo sin piel, crudo	110	100,1	139,1	18,9189	7,007	0	7,007	7,007	0,8008	1,6016	90,09
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
	ARROZ DE CEBOLLA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	353,0	6,7	0,4	80,1	0	9	0,8	1,2	2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	TAJADA DE AGUACATE	C002	Aguacate Lorena, crudo	60	46,2	82,7	0,7392	6,1446	4,62	1,386	4,62	0,1848	0,231	2,772
	PLATANO COCIDO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	100	72	95,0	0,792	0,144	21,816	38,88	2,16	0,36	0,072	2,88
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C025	Fresa, madura, cruda	53	50,35	22,7	0,4028	0,25175	4,17905	2,014	10,5735	0,25175	0,1007	1,007
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	1475,8	50,8		41,2		217,0		1270,4	350,2	7,7	6,2	516,1
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	1423,8	58,2	#	55,4	#	232,4	#	#N/A	560,0	9,8	5,3	1050,0
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	2373	83,2	#	79,2	#	332,0	#	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
								0,0	800,0	14,0	7,5	1500,0
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	103,7%	87,2%	#	74,3%	#	93,4%	#	#N/A	62,5%	78,6%	118,9%	49,2%

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** **TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 11

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	26	26	129,7	6,838	6,916	9,984	74,88	244,4	0,13	0,858	95,94
		K033	Panela	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	0	4,2	0,49	0,14	3,9
	CALDO DE MENUDENCIA CON VERDURAS	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	30	30	28,8	0,66	0,03	6,33	0,6	3,3	0,3	0	5,4
		B006	Ahuyama, cruda	35	29,75	8,9	0,238	0,0595	1,7255	528,0625	5,95	0,238	0,0595	0,2975
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25	21,25	10,0	0,14875	0,02125	2,01875	280,075	5,7375	0,085	0,0425	7,4375
		B052	Habichuela, cruda	25	22,5	9,7	0,4725	0	1,62	7,425	9	0,225	0,045	1,35
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B035	Cilantro, crudo	10	9	4,0	0,207	0,054	0,531	35,1	7,38	0,162	0,045	4,14
		B014	Apio, crudo	10	5	1,3	0,035	0,01	0,23	1,1	2,1	0,02	0,01	4
		B019	Arveja verde, cruda	50	20	19,8	1,18	0,06	3,1	10,2	7,2	0,3	0,24	1
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
		F081	Pollo, Menudencias, crudas	100	100	139,0	17,4	7	1,5	2657	10	5,7	3	77
	AREPA DE MAIZ ASADA	A005	Arepa de maíz precocido, sin sal	50	50	78,0	1,7	0,25	17,25	0	9,5	0,25	0,1	0
	PAN BLANCO	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	50	50	139,0	4,45	0,8	28,4	0	12,5	0,95	0,4	591,5
	FRUTA DE COSECHA	C051	Mango común, crudo	150	75	59,3	0,45	0	12,825	105	11,25	0,375	0,075	3
ALMUERZO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	50	50	193,5	11,55	0,45	30,5	1	25,5	3,6	1,8	13,5
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B009	Ajo, crudo	5	4,75	6,8	0,22325	0,01425	1,39175	0	1,9	0,06175	0,0475	0,9025
		B103	Tomate, crudo	25	20	4,6	0,18	0,02	0,82	12,4	1,8	0,1	0,02	1,2
		D004	Aceite de girasol	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	CARNE EN BISTEC	F099	Res, carne magra, cruda	100	100	139,0	21,8	5,7	0	0	6	2,7	3,6	51
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
		D004	Aceite de girasol	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	80	80	282,4	5,36	0,32	64,08	0	7,2	0,64	0,96	1,6
		B009	Ajo, crudo	5	4,75	6,8	0,22325	0,01425	1,39175	0	1,9	0,06175	0,0475	0,9025
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ENSALADA DE LECHUGA Y AGUACATE	C002	Aguacate Lorena, crudo	39	30,03	53,8	0,48048	3,99399	3,003	0,9009	3,003	0,12012	0,15015	1,8018
		B059	Lechuga común, cruda	60	33	5,9	0,264	0,033	0,858	3,3	6,93	0,297	0,099	1,98
		B103	Tomate, crudo	25	20	4,6	0,18	0,02	0,82	12,4	1,8	0,1	0,02	1,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
	PURE DE PAPA	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	50	50	48,0	1,1	0,05	10,55	1	5,5	0,5	0	9
		D004	Aceite de girasol	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C030	Guanábana, cruda	71	50	16,4	0,2982	0,0994	3,3796	0,497	5,467	0,0994	7,8029	4,473
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	**1605,5**		**76,7**			**40,0**			**222,9**			**3731,7**		**418,3**		**17,8**		**19,7**		**1118,8**	
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	**1423,8**		**58,2**		#	**55,4**		#	**232,4**		#	**#N/A**		**560,0**		**9,8**		**5,3**		**1050,0**	
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	**2373**		**83,2**		#	**79,2**		#	**332,0**		#	**#N/A**		**#N/A**		**#N/A**		**#N/A**		**#N/A**	
												0,0		**800,0**		**14,0**		**7,5**		**1500,0**	
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	**112,8%**		**131,7%**		#	**72,2%**		#	**95,9%**		#	**#N/A**		**74,7%**		**181,4%**		**376,1%**		**106,6%**	

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** **TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 12

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	COLADA DE AVENA HOJUELAS CON LECHE	A012	Avena en Hojuelas, Precocida	24	24	98,6	4,056	1,8	15,384	0	12,96	1,08	0,96	0,72
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	150	150	82,5	4,8	4,8	5,1	58,5	180	0	0,6	63
	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	50	73,8	6,237	5,346	0,1485	87,615	26,235	0,8415	0,693	68,805
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
	AREPA DE MAIZ CON QUESO ASADA	A034	Harina de maíz blanco, precocida	20	20	76,0	1,82	0,74	14,78	0	0,8	0,54	0,26	0,2
		G018	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	30	30	90,9	5,25	7,65	0,27	126	234,9	0,39	0,15	280,5
		D004	Aceite de girasol	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0
	FRUTA DE COSECHA	C062	Naranja, cruda	100	60	24,6	0,42	0,18	5,28	1,2	19,8	0,78	0,3	1,2
ALMUERZO	CREMA DE ZANAHORIA	B006	Ahuyama, cruda	20	17	5,1	0,136	0,034	0,986	301,75	3,4	0,136	0,034	0,17
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	50	42,5	20,0	0,2975	0,0425	4,0375	560,15	11,475	0,17	0,085	14,875
		B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	35	35	33,6	0,77	0,035	7,385	0,7	3,85	0,35	0	6,3
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	2,2	0,072	0,006	0,408	12	3,42	0,03	0,012	0,9
		B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
		D004	Aceite de girasol	2	2	18,0	0	2	0	0	0	0	0	0
	MUSLOS DE POLLO GUISADOS	F073	Pollo, contramuslo con piel, crudo	110	100	205,2	17,1171	15,1151	0	42,042	10,01	0,7007	#¡VALOR!	76,076
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B080	Pimentón rojo, crudo	15	12,75	4,5	0,1275	0,03825	0,80325	23,46	0,8925	0,051	0,0255	0,255
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		B103	Tomate, crudo	40	32	7,4	0,288	0,032	1,312	19,84	2,88	0,16	0,032	1,92
		D004	Aceite de girasol	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ARROZ DE AJO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	353,0	6,7	0,4	80,1	0	9	0,8	1,2	2
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	TAJADA DE MADURO ASADA	B089	plátano hartón, maduro, crudo	70	50,4	66,5	0,5544	0,1008	15,2712	27,216	1,512	0,252	0,0504	2,016
	ENSALADA DE AGUACATE	C002	Aguacate Lorena, crudo	40	30,8	55,1	0,4928	4,0964	3,08	0,924	3,08	0,1232	0,154	1,848
		B103	Tomate, crudo	25	20	4,6	0,18	0,02	0,82	12,4	1,8	0,1	0,02	1,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C086	Uva Isabella, cruda	56	50,004	25,5	0,200016	0	6,050484	3,50028	4,00032	0,200016	0,050004	4,50036
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	**1472,3**		**51,0**			**58,6**			**179,0**			**1305,5**	**555,1**	**7,2**	**#¡VALOR!**	**843,5**
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	**1423,8**		**58,2**	**#**		**55,4**	**#**		**232,4**	**#**		**#N/A**	**560,0**	**9,8**	**5,3**	**1050,0**
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	**2373**		**83,2**	**#**		**79,2**	**#**		**332,0**	**#**		**#N/A**	**#N/A**	**#N/A**	**#N/A**	**#N/A**
												0,0	**800,0**	**14,0**	**7,5**	**1500,0**
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	**103,4%**		**87,6%**	**#**		**105,6%**	**#**		**77,0%**	**#**		**#N/A**	**99,1%**	**73,0%**	**#¡VALOR!**	**80,3%**

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** **TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO**	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 13

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
								g						
DESAYUNO	JUGO DE FRUTA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	26	26	129,7	6,838	6,916	9,984	74,88	244,4	0,13	0,858	95,94
		C025	Fresa, madura, cruda	53	50,35	22,7	0,4028	0,25175	4,17905	2,014	10,5735	0,25175	0,1007	1,007
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0
	GALLETA SALTIN	A027	Galletas saladas, tipo soda	16	16	67,8	1,536	1,552	11,664	0,16	6,08	0,896	0,112	151,04
	TORITILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	49,5	73,8	6,237	5,346	0,1485	87,615	26,235	0,8415	0,693	68,805
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
	PAPA COCIDA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	80	72	69,8	1,44	0,144	15,048	0	5,76	0,576	0,216	7,2
	PAPAYA PICADA	C065	Papaya, madura, cruda	115	80,5	32,2	0,4025	0,0805	6,601	189,175	19,32	0,2415	0,0805	4,025
ALMUERZO	FRIJOLES GUISADOS	T015	Frijol nima, crudo	30	30	111,0	5,82	0,36	18,33	0,6	46,5	2,4	0,87	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	5	1,9	0,0665	0,00475	0,36575	0,0475	1,14	0,01425	0,0095	0,19
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	1,5	0,048	0,004	0,272	8	2,28	0,02	0,008	0,6
		B103	Tomate, crudo	12	10	2,2	0,0864	0,0096	0,3936	5,952	0,864	0,048	0,0096	0,576
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15	12,75	6,0	0,08925	0,01275	1,21125	168,045	3,4425	0,051	0,0255	4,4625
		B009	Ajo, crudo	1	0,95	1,4	0,04465	0,00285	0,27835	0	0,38	0,01235	0,0095	0,1805
		L015	Sal	1	0,5	0,0	0	0	0	0	0,12	0,0015	0,0005	193,905
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
	CARNE ASADA	F099	Res, carne magra, cruda	100	100	139,0	21,8	5,7	0	0	6	2,7	3,6	51
		B009	Ajo, crudo	1	0,95	1,4	0,04465	0,00285	0,27835	0	0,38	0,01235	0,0095	0,1805
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ARROZ DE CEBOLLA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	353,0	6,7	0,4	80,1	0	9	0,8	1,2	2
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	1,5	0,048	0,004	0,272	8	2,28	0,02	0,008	0,6
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	1	0,5	0,0	0	0	0	0	0,12	0,0015	0,0005	193,905
	ENSALADA DE AGUACATE	C002	Aguacate Lorena, crudo	40	30,8	55,1	0,4928	4,0964	3,08	0,924	3,08	0,1232	0,154	1,848
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,144	0,016	0,656	9,92	1,44	0,08	0,016	0,96
		B027	Cebolla cabezona, cruda	18	17,1	6,8	0,2394	0,0171	1,3167	0,171	4,104	0,0513	0,0342	0,684
	PAPA CRIOLLA COCIDA	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	60	60	57,6	1,32	0,06	12,66	1,2	6,6	0,6	0	10,8
	JUGO DE FRUTA COSECHA	C045	Lulo, crudo	70	42	20,2	0,378	0,042	3,738	15,54	4,2	0,252	0,042	0
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	1383,6	54,4		45,0		181,6		572,4	407,8	10,2	8,1	945,6
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	1423,8	58,2	#	55,4	#	232,4	#	#N/A	560,0	9,8	5,3	1050,0
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	2373	83,2	#	79,2	#	332,0	#	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
								0,0	800,0	14,0	7,5	1500,0
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	97,2%	93,4%	#	81,2%	#	78,1%	#	#N/A	72,8%	103,9%	154,0%	90,1%

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

OPERADOR CONTRATISTA:	CORTUNIVERSAL		NIT:	900.623.092-6	
DEPARTAMENTO:	CAQUETA	**PLANEACION CICLOS DE MENU** TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO Y ALMUERZO	MUNICIPIO:	FLORENCIA	GRUPO DE EDAD:
CORREO:	cortuniversal@gmail.com		DIRECCION:	Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro	50 a 74 años
			TEL.:	3226846186	

ANÁLISIS CONTENIDO NUTRICIONAL ADULTOS MAYORES DE 50 A 74 AÑOS

MENÚ Nº 14

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	g								
						Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Vit. A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
DESAYUNO	JUGO DE NARANJA	C062	Naranja, cruda	80	48	19,7	0,336	0,144	4,224	0,96	15,84	0,624	0,24	0,96
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0
	CALDO DE PAJARILLA	F115	Res, pajarilla o bazo, cruda	100	100	102,0	18,4	3,2	0	0	10	44,5	2,1	85
		B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	40	40	32,0	0,88	0,04	6,76	0	4,8	0,32	0,12	2,4
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	2,2	0,072	0,006	0,408	12	3,42	0,03	0,012	0,9
		B035	Cilantro, crudo	5	4,5	2,0	0,1035	0,027	0,2655	17,55	3,69	0,081	0,0225	2,07
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	8,0	0,119	0,017	1,615	224,06	4,59	0,068	0,034	5,95
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
	AREPA DE MAIZ ASADA	A005	Arepa de maíz precocido, sin sal	60	60	93,6	2,04	0,3	20,7	0	11,4	0,3	0,12	0
	FRUTA DE COSECHA	C010	Banano común, crudo	150	105	106,1	1,575	0,105	23,415	23,1	8,4	0,945	0,21	3,15
ALMUERZO	AJIACO CAQUETEÑO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	108	100,44	166,7	20,79108	9,24048	0,10044	24,1056	11,0484	0,70308	0,80352	63,2772
		B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	50	40	29,6	0,76	0,04	6,12	0	5,6	0,12	0,08	4,4
		B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	7,6	0,266	0,019	1,463	0,19	4,56	0,057	0,038	0,76
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	20	8	3,0	0,096	0,008	0,544	16	4,56	0,04	0,016	1,2
		B015	Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda	20	16	17,8	0,144	0,016	4,208	9,12	3,36	0,144	0	0,16
		B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	20	20	19,2	0,44	0,02	4,22	0,4	2,2	0,2	0	3,6
		A053	Maíz tierno, crudo	40	40	60,8	1,36	0,48	12,2	11,2	2	0,32	0,16	1,2
		B047	Guascas, crudas	10	3,5	1,8	0,112	0,0175	0,2905	11,2	8,575	0,2485	0	0
		G001	Crema de leche	5	5	16,5	0,105	1,75	0,085	17,65	3,4	0	0,01	2,3
		B009	Ajo, crudo	2	1,9	2,7	0,0893	0,0057	0,5567	0	0,76	0,0247	0,019	0,361
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	PECHUGA ASADA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	108	100,44	166,7	20,79108	9,24048	0,10044	24,1056	11,0484	0,70308	0,80352	63,2772
		B009	Ajo, crudo	1	0,95	1,4	0,04465	0,00285	0,27835	0	0,38	0,01235	0,0095	0,1805
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	0	0,2	0,0	0	0	0	0	0,048	0,0006	0,0002	77,562
	ARROZ DE ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	353,0	6,7	0,4	80,1	0	9	0,8	1,2	2
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	12,0	0,1785	0,0255	2,4225	336,09	6,885	0,102	0,051	8,925
		D004	Aceite de girasol	5	5	45,0	0	5	0	0	0	0	0	0
		L015	Sal	1	0,5	0,0	0	0	0	0	0,12	0,0015	0,0005	193,905
	PURE DE PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	80	72	69,8	1,44	0,144	15,048	0	5,76	0,576	0,216	7,2
		D004	Aceite de girasol	3	3	27,0	0	3	0	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE REMOLACHA	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	81	64,8	34,3	0,9072	0,0648	6,6744	1,296	10,368	0,5184	0,2592	46,008
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	12,0	0,1785	0,0255	2,4225	336,09	6,885	0,102	0,051	8,925
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,1995	0,01425	1,09725	0,1425	3,42	0,04275	0,0285	0,57
	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	C044	Limón, crudo	80	40	17,6	0,12	0,12	3,72	0,4	7,6	0,2	0,04	1,6
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0	0	4,965	0	0	0,005	0	0

APORTE TOTAL DEL ALMUERZO	1530,7		78,6			38,5			211,0			1065,8		175,1		51,9		6,7		666,5	
RECOMENDACIÓN DEL 60 % DEL VCT	1423,8		58,2	#		55,4	#		232,4	#		#N/A		560,0		9,8		5,3		1050,0	
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD 50 A 74 AÑOS TOTAL/DIA	2373		83,2	#		79,2	#		332,0	#		#N/A		#N/A		#N/A		#N/A		#N/A	
												0,0		800,0		14,0		7,5		1500,0	
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	107,5%		135,0%	#		69,4%	#		90,8%	#		#N/A		31,3%		529,3%		127,7%		63,5%	

SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
Nutricionista Dietista
T.P. MND 07303

Fecha de Elaboración: 8 de Septiembre 2023

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6
PLAN DE ATENCIÓN INTEGRAL AL ADULTO MAYOR

Nombre beneficiario: ADAN CORDOBA TEJADA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario ADAN CORDOBA TEJADA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 60,5. Talla (cm): 162,0. IMC (m2): 23,05, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 81 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Discapacidad Auditiva, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: AMADO GAITAN ALAPE

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario AMADO GAITAN ALAPE, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 59,6. Talla (cm): 159,5. IMC (m2): 23,41, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 83 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: AMILVIO DE JESUS ECHEVERRY MARULANDA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario AMILVIO DE JESUS ECHEVERRY MARULANDA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: OBESIDAD GRADO I, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 87,0. Talla (cm): 163,0. IMC (m2): 32,74, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 73 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.

Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: ANA SILVIA LEAL LOAIZA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria ANA SILVIA LEAL LOAIZA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: DNT LEVE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: RIESGO DE MALNUTRICION.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 40,4. Talla (cm): 149,0. IMC (m2): 18,20, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 78 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional mensual, además se recomienda alimentación hipercalorica, hiperproteica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: ANGEL MARCELO GOMEZ CLAVIJO

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario ANGEL MARCELO GOMEZ CLAVIJO, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 70,6. Talla (cm): 162,7. IMC (m2): 26,67, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 64 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: CECILIA RINCON DE ALVAREZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria CECILIA RINCON DE ALVAREZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: SOBREPESO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 59,4. Talla (cm): 145,5. IMC (m2): 28,06, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 81 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: CECILIA SEPULVEDA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria CECILIA SEPULVEDA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 55,0. Talla (cm): 153,5. IMC (m2): 23,34, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 75 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: EDISNEY SANTANA HENAO

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria EDISNEY SANTANA HENAO, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 60,4. Talla (cm): 164,0. IMC (m2): 22,46, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 53 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Enf. Cardiovascular, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hipercalorica, hiposodica, baja en grasas, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: FACUNDO CABEZAS MORALES

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario FACUNDO CABEZAS MORALES, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 53,4. Talla (cm): 150,0. IMC (m2): 23,71, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 85 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: FEDERICO PARRA CRUZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario FEDERICO PARRA CRUZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: PESO INSUFICIENTE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 54,3. Talla (cm): 159,0. IMC (m2): 21,48, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 86 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional trimestral, además se recomienda alimentación hipercalorica, hiperproteica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: FELISA PENAGOS VELASQUEZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria FELISA PENAGOS VELASQUEZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: PESO INSUFICIENTE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 42,8. Talla (cm): 145,0. IMC (m2): 20,33, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 81 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional trimestral, además se recomienda alimentación hipercalorica, hiperproteica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: FERNANDO BEDOYA CARDONA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario FERNANDO BEDOYA CARDONA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 70,0. Talla (cm): 171,0. IMC (m2): 23,94, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 80 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipercalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: FLORALBA RAMIREZ DE BASTIDAS

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria FLORALBA RAMIREZ DE BASTIDAS, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 58,1. Talla (cm): 149,5. IMC (m2): 26,00, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 70 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: FLORENIA CASTAÑEDA BARRETO

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria FLORENIA CASTAÑEDA BARRETO, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 60,0. Talla (cm): 159,5. IMC (m2): 23,58, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 75 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hipercalorica, hiperproteica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: GERARDO ANTONIO QUINTERO OROZCO

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario GERARDO ANTONIO QUINTERO OROZCO, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: OBESIDAD GRADO I, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 84,6. Talla (cm): 164,0. IMC (m2): 31,44, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 73 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: GRISELDA GUARIN

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria GRISELDA GUARIN, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: OBESIDAD GRADO I, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 62,2. Talla (cm): 143,0. IMC (m2): 30,42, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 80 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Venas Varices, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hipocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: GUEISA RODAS ROMERO

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria GUEISA RODAS ROMERO, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: PESO INSUFICIENTE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 54,2. Talla (cm): 159,0. IMC (m2): 21,44, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 72 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertiroidismo, Anemia y Osteoporosis, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.

Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional trimestral, además se recomienda alimentación hipercalorica, rica en calcio y vitamina D,, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: HUGO ARIAS SUAREZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario HUGO ARIAS SUAREZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 72,5. Talla (cm): 170,0. IMC (m2): 25,09, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 77 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: HUMBERTO OME

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario HUMBERTO OME, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: PESO INSUFICIENTE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: RIESGO DE MALNUTRICION.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 59,2. Talla (cm): 166,0. IMC (m2): 21,48, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 75 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Discapacidad Fisica, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional trimestral, además se recomienda alimentación hipercalorica, hiperproteica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: INES MARIA OCAMPO OROZCO

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria INES MARIA OCAMPO OROZCO, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: SOBREPESO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 67,1. Talla (cm): 156,0. IMC (m2): 27,57, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 66 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: JAIME MONCADA BETANCOUR

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JAIME MONCADA BETANCOUR, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: PESO INSUFICIENTE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 48,7. Talla (cm): 159,0. IMC (m2): 19,26, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 74 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional trimestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: JANIER OSPINA OSPINA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JANIER OSPINA OSPINA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 68,7. Talla (cm): 173,0. IMC (m2): 22,95, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 86 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: JHON JAIRO TRUJILLO FERNANDEZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JHON JAIRO TRUJILLO FERNANDEZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: OBESIDAD GRADO I, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 85,7. Talla (cm): 167,0. IMC (m2): 30,71, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 64 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, Colon Irritable., al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: JOAQUIN VARGAS JOVEN

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JOAQUIN VARGAS JOVEN, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 69,4. Talla (cm): 167,8. IMC (m2): 24,63, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 83 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, Discapacidad Auditiva, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: JORGE EMIGDIO LOPEZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JORGE EMIGDIO LOPEZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 64,0. Talla (cm): 159,2. IMC (m2): 25,25, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 77 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: JORGE VARGAS HERNADEZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JORGE VARGAS HERNADEZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: SOBREPESO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 77,4. Talla (cm): 168,2. IMC (m2): 27,36, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 78 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Diabetes Mellitus, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hipoglucida, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: JOSE ABRAHAN LEON RAMIREZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JOSE ABRAHAN LEON RAMIREZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: PESO INSUFICIENTE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 55,0. Talla (cm): 162,0. IMC (m2): 20,96, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 84 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Discapacidad Fisica, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional trimestral, además se recomienda alimentación hipercalorica, hiperproteica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: JOSE ARNOBIS CARDONA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JOSE ARNOBIS CARDONA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 65,2. Talla (cm): 159,8. IMC (m2): 25,53, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 80 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: JOSE ELIBERTO MUÑOZ VARGAS

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JOSE ELIBERTO MUÑOZ VARGAS, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 59,0. Talla (cm): 157,5. IMC (m2): 23,76, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 71 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Vertigo, Ulcera Gastrica, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: JOSE ESNORALDO MOLINA MOLINA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JOSE ESNORALDO MOLINA MOLINA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 63,5. Talla (cm): 163,0. IMC (m2): 23,90, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 75 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: JOSE HECTOR ARVEY GUZMAN PALMA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JOSE HECTOR ARVEY GUZMAN PALMA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: DNT LEVE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 43,5. Talla (cm): 158,5. IMC (m2): 17,32, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 76 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional mensual, además se recomienda alimentación hipercalorica, hiperproteica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: JOSE OMAR TORO SEPULVEDA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JOSE OMAR TORO SEPULVEDA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: SOBREPESO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: .
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 75,6. Talla (cm): 166,0. IMC (m2): 27,43, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 74 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: DBT, APOC, HTA, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional , además se recomienda alimentación , fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: JOSE ORLANDO ORTIZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JOSE ORLANDO ORTIZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 61,9. Talla (cm): 160,5. IMC (m2): 24,03, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 74 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: LIBARDO MORENO

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario LIBARDO MORENO, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 65,1. Talla (cm): 160,5. IMC (m2): 25,27, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 74 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: LUIS ARTURO QUINTERO BERMUDEZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario LUIS ARTURO QUINTERO BERMUDEZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 68,1. Talla (cm): 168,0. IMC (m2): 24,11, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 69 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Diabetes Mellitus, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hipoglucida, hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: LUIS CARLOS RAYO LABRADOR

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario LUIS CARLOS RAYO LABRADOR, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: SOBREPESO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 78,1. Talla (cm): 164,0. IMC (m2): 29,04, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 68 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, Enf. Cardiovascular, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipograsa, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: LUIS FELIPE VARGAS VERA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario LUIS FELIPE VARGAS VERA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 59,6. Talla (cm): 162,0. IMC (m2): 22,71, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 66 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, EPOC., al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: LUIS MIGUEL SUAREZ TRUJILLO

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario LUIS MIGUEL SUAREZ TRUJILLO, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 61,5. Talla (cm): 163,0. IMC (m2): 23,13, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 75 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: MARCO ANTONIO OROZCO CARMONA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario MARCO ANTONIO OROZCO CARMONA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: OBESIDAD GRADO I, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 79,8. Talla (cm): 161,5. IMC (m2): 30,58, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 67 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension, Diabetes Mellitus, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hipoglucida, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: MARIA AURORA BLANDON DE CASTAÑEDA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria MARIA AURORA BLANDON DE CASTAÑEDA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 50,3. Talla (cm): 141,7. IMC (m2): 25,03, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 81 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: MARIA DALILA LOPEZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria MARIA DALILA LOPEZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: SOBREPESO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 55,9. Talla (cm): 142,3. IMC (m2): 27,58, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 80 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: MARIA ELCY PARRA BORRAY

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria MARIA ELCY PARRA BORRAY, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 63,5. Talla (cm): 154,4. IMC (m2): 26,64, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 71 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: MARÍA ELENA GAVIRIA OCAMPO

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria MARÍA ELENA GAVIRIA OCAMPO, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: DNT SEVERA, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: RIESGO DE MALNUTRICION.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 35,5. Talla (cm): 155,0. IMC (m2): 14,76, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 65 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertiroidismo, Gastritis Cronica, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.

Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional mensual, además se recomienda alimentación hipercalorica, hiperproteica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: MARIA LUISA BONILLA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria MARIA LUISA BONILLA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: PESO INSUFICIENTE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 49,4. Talla (cm): 155,5. IMC (m2): 20,43, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 82 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional trimestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipercalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: MARIA ROSALBA ZAPATA RAMIREZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria MARIA ROSALBA ZAPATA RAMIREZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 50,5. Talla (cm): 143,5. IMC (m2): 24,50, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 67 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: MARINO DUQUE SANCHEZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario MARINO DUQUE SANCHEZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 67,8. Talla (cm): 160,0. IMC (m2): 26,46, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 88 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: MERCEDES BAUTISTA CABRERA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria MERCEDES BAUTISTA CABRERA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: OBESIDAD GRADO I, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 75,9. Talla (cm): 155,8. IMC (m2): 31,27, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 62 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension, Diabetes Mellitus, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hipoglucida, hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: MIGUEL ANTONIO GALINDO GARCIA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario MIGUEL ANTONIO GALINDO GARCIA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: PESO INSUFICIENTE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 52,4. Talla (cm): 155,7. IMC (m2): 21,59, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 85 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Discapacidad Auditiva, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional trimestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: MIGUEL ANTONIO SUAREZ VASQUEZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario MIGUEL ANTONIO SUAREZ VASQUEZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 61,5. Talla (cm): 160,5. IMC (m2): 23,89, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 82 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: NEIRE BONILLA BORBON

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario NEIRE BONILLA BORBON, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: SOBREPESO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 69,4. Talla (cm): 156,0. IMC (m2): 28,50, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 61 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: OSCAR DELIO CALDERON GUTIERREZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario OSCAR DELIO CALDERON GUTIERREZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: SOBREPESO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 74,9. Talla (cm): 159,5. IMC (m2): 29,44, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 75 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: PABLO RIVERA TORRES

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario PABLO RIVERA TORRES, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: PESO INSUFICIENTE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 63,0. Talla (cm): 170,0. IMC (m2): 21,80, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 78 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Discapacidad Visual, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional trimestral, además se recomienda alimentación hipercalorica, hiperproteica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: PEDRO JOSE LOPEZ ORJUELA

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario PEDRO JOSE LOPEZ ORJUELA, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 61,0. Talla (cm): 164,7. IMC (m2): 22,49, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 87 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: QUERUBIN PEREZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario QUERUBIN PEREZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 64,0. Talla (cm): 160,5. IMC (m2): 24,84, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 75 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Nombre beneficiario: ROSA ELVIRA LOPEZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a la usuaria ROSA ELVIRA LOPEZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 66,6. Talla (cm): 157,0. IMC (m2): 27,00, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
La usuaria atendida tiene 62 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: RUBEN ARNULFO PEREZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario RUBEN ARNULFO PEREZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: OBESIDAD GRADO I, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 81,0. Talla (cm): 159,0. IMC (m2): 32,02, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 76 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hiposodica, hipocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: 

Nombre beneficiario: SILVERIO VIRU SABOGAL

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario SILVERIO VIRU SABOGAL, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 74,0. Talla (cm): 169,7. IMC (m2): 25,70, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 80 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Ninguna, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre beneficiario: URIAS LOPEZ

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario URIAS LOPEZ, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: EUTROFICO, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.
Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 65,6. Talla (cm): 159,0. IMC (m2): 25,95, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.
El usuario atendido tiene 81 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, Diabetes Mellitus, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.
Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hipoglucida, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

Nombre del beneficiario: JOSÉ HERNEY QUINTERO GARZÓN

Diagnóstico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario JOSÉ HERNEY QUINTERO GARZÓN, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: OBESIDAD GRADO II, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.

Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 87.2. Talla (cm): 157,0. IMC (m2): 35,37, además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.

El usuario atendido tiene 69 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: Hipertension Arterial, Artritis, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.

Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional semestral, además se recomienda alimentación hipoglucida, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día

Firma Profesional: _____

Nombre del beneficiario: ELEAZAR GARCÍA CARRILLO

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL
CORTUNIVERSAL
NIT: 900.623.092-6

Diagnostico Nutricional:

De acuerdo a toma de medidas antropométricas realizadas a el usuario ELEAZAR GARCÍA CARRILLO, se identifica que presenta Diagnostico nutricional: PESO INSUFICIENTE, según indicador trazador IMC y en base a la herramienta de cribado nutricional evaluación y tamizaje Mini Nutritional Assessment (MNA) Presenta: ESTADO NUTRICIONAL NORMAL.

Para la valoración nutricional se tomaron los siguientes datos antropométricos como Peso (kg): 58. Talla (cm): 165,0. IMC (m2): 21,30 además de la circunferencia del brazo y circunferencia de la pantorrilla.

El usuario atendido tiene 65 años de edad, presenta diagnóstico médico o enfermedad de interés: dermatitis no especificada y diabetes, Deterioro cognitivo, al momento de la valoración se encuentra alerta y en buen estado general de salud, niega síntomas gastrointestinales: vómitos, diarrea, estreñimiento, fiebre, tos u otros síntomas de interés.

Según diagnostico nutricional y enfermedad de interés requiere seguimiento nutricional trimestral, además se recomienda alimentación normocalorica, fraccionada en 5 tiempos de comidas al día.

Firma Profesional: _____

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

BITÁCORA DE SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL PLAN DE ATENCIÓN INTEGRAL - SESIÓN Nº7
Nombre del Beneficiario: ADAN CORDOBA TEJADA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◉ **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: AMADO GAITAN ALAPE

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: AMILVIO DE JESUS ECHEVERRY MARULANDA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ● **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: ANA SILVIA LEAL LOAIZA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◉ **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: ANGEL MARCELO GOMEZ CLAVIJO

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: CECILIA RINCON DE ALVAREZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: CECILIA SEPULVEDA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ● **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: EDISNEY SANTANA HENAO

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: FACUNDO CABEZAS MORALES

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: FEDERICO PARRA CRUZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◉ **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: FELISA PENAGOS VELASQUEZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: FERNANDO BEDOYA CARDONA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: FLORALBA RAMIREZ DE BASTIDAS

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: FLORENIA CASTAÑEDA BARRETO

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: GERARDO ANTONIO QUINTERO OROZCO

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◉ **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: GRISELDA GUARIN

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: GUEISA RODAS ROMERO

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: HUGO ARIAS SUAREZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: HUMBERTO OME

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: INES MARIA OCAMPO OROZCO

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JAIME MONCADA BETANCOUR

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JANIER OSPINA OSPINA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JHON JAIRO TRUJILLO FERNANDEZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JOAQUIN VARGAS JOVEN

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JORGE EMIGDIO LOPEZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JORGE VARGAS HERNADEZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JOSE ABRAHAN LEON RAMIREZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JOSE ARNOBIS CARDONA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JOSE ELIBERTO MUÑOZ VARGAS

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JOSE ESNORALDO MOLINA MOLINA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JOSE HECTOR ARVEY GUZMAN PALMA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JOSE OMAR TORO SEPULVEDA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JOSE ORLANDO ORTIZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: LIBARDO MORENO

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: LUIS ARTURO QUINTERO BERMUDEZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: LUIS CARLOS RAYO LABRADOR

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: LUIS FELIPE VARGAS VERA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: LUIS MIGUEL SUAREZ TRUJILLO

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: MARCO ANTONIO OROZCO CARMONA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: MARIA AURORA BLANDON DE CASTAÑEDA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ● **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: MARIA DALILA LOPEZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: MARIA ELCY PARRA BORRAY

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◉ **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: MARÍA ELENA GAVIRIA OCAMPO

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: MARIA LUISA BONILLA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: MARIA ROSALBA ZAPATA RAMIREZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ● **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: MARINO DUQUE SANCHEZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ● **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: MERCEDES BAUTISTA CABRERA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: MIGUEL ANTONIO GALINDO GARCIA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: MIGUEL ANTONIO SUAREZ VASQUEZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: NEIRE BONILLA BORBON

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: OSCAR DELIO CALDERON GUTIERREZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ● **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: PABLO RIVERA TORRES

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: PEDRO JOSE LOPEZ ORJUELA

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: QUERUBIN PEREZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: ROSA ELVIRA LOPEZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: RUBEN ARNULFO PEREZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: SILVERIO VIRU SABOGAL

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◉ **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: URIAS LOPEZ

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◉ **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Destacar la importancia del consumo de agua natural para mantenerse bien hidratados y prevenir la deshidratación y sus consecuencias en el adulto mayor, brindar consejos para garantizar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo se ajusta de acuerdo a cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: JOSE HERNEY QUINTERO

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ◯ **individual** ◯
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Enfatizar la necesidad de agua para la hidratación y prevenir la deshidratación en adultos mayores junto con consejos para asegurar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo, se ajusta de acuerdo con cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSSAL

NIT: 900.623.092-6

Nombre del Beneficiario: ELEAZAR GARCÍA CARRILLO

Área: Nutrición	**Intervención: Grupal** ● **individual** ○
Fecha: 08-09-2023/ 08-10-2023	

Objetivo de la sesión:

- Brindar orientación sobre la importancia de una buena nutrición en la edad avanzada que ayude a prevenir la Desnutrición y los problemas derivados.

-Enfatizar la necesidad de agua para la hidratación y prevenir la deshidratación en adultos mayores junto con consejos para asegurar una ingesta adecuada de líquidos.

Resumen de la sesión:

Se indica a los usuarios que la Desnutrición se asocia a muchos problemas físicos y fisiológicos, además de las deficiencias nutricionales y la disminución de la masa magra, se aumenta la mortalidad y la discapacidad, hay mayor frecuencia de caídas y fracturas, empeora el deterioro cognitivo, también se asocia con retraso en la cicatrización y en la recuperación tras cirugías, prolonga la estancia hospitalaria y aumenta la frecuencia de reingresos, se indica las metas nutricionales y el consumo adecuado de calorías según el metabolismo basal y las recomendaciones de ingesta de calorías y nutrientes, se realiza mediante banco de preguntas y respuestas los conocimientos que se tienen frente a una alimentación adecuada y como se logra mantener esta alimentación contando con pocos recursos económicos pero logrando cubrir los requerimientos y recomendaciones de calorías y nutrientes, esto con el fin de prevenir problemas de malnutrición.

Mediante charla sensibilizadora se muestra la importancia del consumo de agua, la cual es indispensable para la vida, aunque no suministra energías ni nutrientes. Podemos vivir semanas sin alimentarnos, pero morimos en pocos días sin agua. El agua es componente imprescindible de la sangre, la linfa, las secreciones, el intersticio y de todas las células en cantidad y peso es el mayor componente del organismo humano, se necesita para el funcionamiento de todos los órganos y como medio de transporte participa en la digestión, la absorción, la circulación y la excreción; es esencial en la regulación de la temperatura corporal y juega un papel importante en las funciones mecánicas; ejemplo: en la lubricación de articulaciones y movimientos de vísceras en la cavidad abdominal. El organismo pierde normalmente agua por cuatro vías: el sudor, la orina, las heces fecales y en forma de vapor de agua en el aire expirado. Diariamente se pierden alrededor de 800 ml de agua por la piel y los pulmones, cantidad que puede aumentar si se vive en climas secos y cálidos. Los riñones eliminan de 1000 a 1500 ml de agua por la orina y en las heces fecales se pierden aproximadamente 200 ml de agua al día. El agua es tan importante como el aire, por eso hay que tomar cada día entre cuatro y seis vasos de agua adicionales a los líquidos contenidos en el resto de la alimentación, un total aproximado de líquidos de 2.300ml/día, sin embargo, se ajusta de acuerdo con cada persona y en algunas enfermedades o condiciones de salud.

En la edad adulta se afecta la capacidad de mantener el balance hídrico, la disminución de agua está asociada a la pérdida de peso, la disminución de la sensación de sed y de la capacidad de los riñones para concentrar la orina. La deshidratación es el trastorno hidroelectrolítico más frecuente en las personas mayores y ocasiona hipotensión, aumento de la temperatura corporal, confusión mental, dolor de cabeza e irritabilidad, estreñimiento, influir negativamente en las funciones cognitivas y el control motor de las personas.

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL

CORTUNIVERSAL

NIT: 900.623.092-6

REGISTRO ASISTENCIA DE BENEFICIARIOS A ACTIVIDADES

MES DE Sept. **DEL 2023**

ACTIVIDAD: Taller de Hidratación: Destacar la importancia de mantenerse bien hidratado en la tercera edad.

ITEM	NUMERO DE CEDULA	NOMBRE COMPLETO	NUMERO CELULAR	FIRMA
1	4956326	ADAN CORDOBA TEJADA	3132225828	Adan Cordoba
2	17666769	ALCIDES TORRES VARGAS	3212209526	Alcides
3	6680569	AMADO GAITAN ALAPE		
4	4350149	AMILVIO DE JESUS ECHEVERRY MARULANDA	3103244578	
5	26618924	ANA SILVIA LEAL LOAIZA	3222291262	
6	16546130	ANGEL MARCELO GOMEZ CLAVIJO		A.M.G.C.
7	30065475	CECILIA RINCON DE ALVAREZ	3112325228	Cecilia Rincon.
8	26619004	CECILIA SEPULVEDA	3124825691	
9	17702620	EDISNEY SANTANA HENAO	3125082473	
10	1674182	FACUNDO CABEZAS MORALES	3212232719	

Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro -Celular -3226846186
E-mail: cortuniversal@gmail.com
www.cortuniversal.blogspot.com
http://contuniversal.com

Powered by CamScanner

11	4956212	FEDERICO PARRA CRUZ		
12	40085902	FELISA PENAGOS VELASQUEZ	3212232719	
13	8249397	FERNANDO BEDOYA CARDONA	3222816865	
14	26643702	FLORALBA RAMIREZ DE BASTIDAS	3223986398	
15	40725732	FLORENIA CASTAÑEDA BARRETO	3124419176	
16	6026495	GERARDO ANTONIO QUINTERO OROZCO	3124255219	
17	29656138	GRISELDA GUARIN	3203858153	
18	29282529	GUEISA RODAS ROMERO	3208183910	
19	17665239	HUGO ARIAS SUAREZ	3124564362	
20	17665447	HUMBERTO OME		
21	31192977	INES MARIA OCAMPO OROZCO	3125601376	
22	17668571	JAIME MONCADA BETANCOUR	3228347908	
23	3341732	JANIER OSPINA OSPINA	3143953011	

Powered by CamScanner

24	9991273	JHON JAIRO TRUJILLO FERNANDEZ	3105469542	Jhon Jairo
25	4954340	JOAQUIN VARGAS JOVEN	3115481732	Joaquin Vargas
26	17665574	JORGE EMIGDIO LOPEZ	3143214781	Jorge E Lopez
27	2281336	JORGE VARGAS HERNADEZ	`3133608098	
28	6680739	JOSE ABRAHAN LEON RAMIREZ	3125833618	
29	4677588	JOSE ARNOBIS CARDONA	3123065203	
30	17783008	JOSE ELIBERTO MUÑOZ VARGAS	3115025656	Eliberto
31	6680991	JOSE ESNORALDO MOLINA MOLINA	3168333794	
32	5835983	JOSE HECTOR ARVEY GUZMAN PALMA	3133162860	
33	10080454	JOSÉ HERNEY QUINTERO GARZÓN	3158508316	Jose Herney Quintero
34	17783003	JOSE OMAR TORO SEPULVEDA	3125489431	
35	4334361	JOSE ORLANDO ORTIZ	3223693421-3045650100	Jose orlando ortiz
36	17666040	LIBARDO MORENO	3144656123	Libardo moreno

Powered by CamScanner

37	17631332	LUIS ARTURO QUINTERO BERMUDEZ	3102486622	
38	17667393	LUIS CARLOS RAYO LABRADOR	3219537258	
39	17667477	LUIS FELIPE VARGAS VERA	3209049807	
40	17622609	LUIS MIGUEL SUAREZ TRUJILLO	3114752666	
41	17667200	MARCO ANTONIO OROZCO CARMONA	3166212951	
42	40640054	MARIA AURORA BLANDON DE CASTAÑEDA	3203251618	
43	40725035	MARIA DALILA LOPEZ	3102820400	
44	30066034	MARIA ELCY PARRA BORRAY	3125082473	
45	42068309	MARÍA ELENA GAVIRIA OCAMPO	3187464796	
46	40725351	MARIA LUISA BONILLA	3222292362	
47	40625707	MARIA ROSALBA ZAPATA RAMIREZ	3156464381	
48	6189593	MARINO DUQUE SANCHEZ	3213035518	
49	40726411	MERCEDES BAUTISTA CABRERA	3118849322-3227087890	

Powered by CamScanner

50	2239538	MIGUEL ANTONIO GALINDO GARCIA		
51	4903118	MIGUEL ANTONIO SUAREZ VASQUEZ	3123800177	
52	40729244	NEIRE BONILLA BORBON	3227526193	
53	17626861	OSCAR DELIO CALDERON GUTIERREZ	3223986398	
54	6256653	PABLO RIVERA TORRES	3228313787	
55	214686	PEDRO JOSE LOPEZ ORJUELA	3203200686	
56	17660103	QUERUBIN PEREZ	3133778997	
57	40727345	ROSA ELVIRA LOPEZ	3124278114	
58	6680962	RUBEN ARNULFO PEREZ	3134169094	
59	4707465	SERAFIN ORTIZ LENIS	3228710475	
60	17115123	URIAS LOPEZ	3147277284	

Powered by CamScanner

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL

CORTUNIVERSAL

NIT: 900.623.092-6

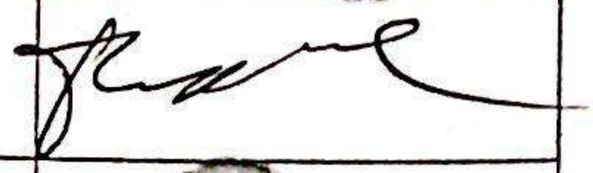
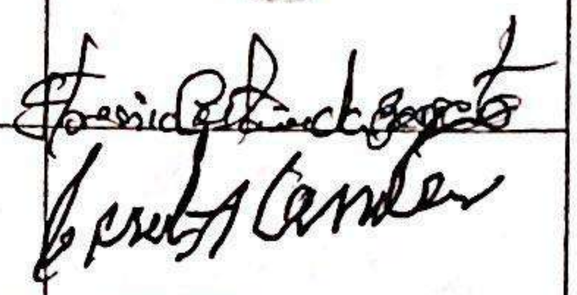
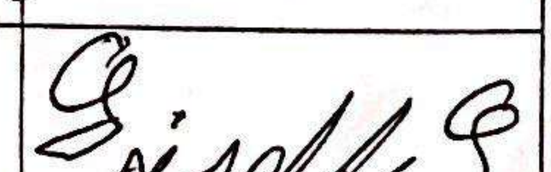
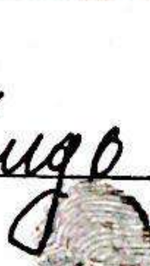
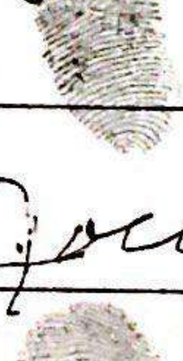
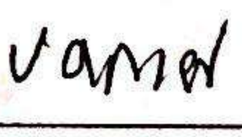
REGISTRO ASISTENCIA DE BENEFICIARIOS A ACTIVIDADES

MES DE Sept. **DEL 2023**

ACTIVIDAD: Taller de prevención dela desnutrición: Identificar los riesgos de Desnutrición en Adultos Mayores.

ITEM	NUMERO DE CEDULA	NOMBRE COMPLETO	NUMERO CELULAR	FIRMA
1	4956326	ADAN CORDOBA TEJADA	3132225828	adarbordoba
2	17666769	ALCIDES TORRES VARGAS	3212209526	Alcides
3	6680569	AMADO GAITAN ALAPE		
4	4350149	AMILVIO DE JESUS ECHEVERRY MARULANDA	3103244578	
5	26618924	ANA SILVIA LEAL LOAIZA	3222291262	
6	16546130	ANGEL MARCELO GOMEZ CLAVIJO		
7	30065475	CECILIA RINCON DE ALVAREZ	3112325228	
8	26619004	CECILIA SEPULVEDA	`3124825691	
9	17702620	EDISNEY SANTANA HENAO	3125082473	
10	1674182	FACUNDO CABEZAS MORALES	3212232719	

Powered by CamScanner

11	4956212	FEDERICO PARRA CRUZ		
12	40085902	FELISA PENAGOS VELASQUEZ	3212232719	
13	8249397	FERNANDO BEDOYA CARDONA	3222816865	
14	26643702	FLORALBA RAMIREZ DE BASTIDAS	3223986398	
15	40725732	FLORENIA CASTAÑEDA BARRETO	3124419176	
16	6026495	GERARDO ANTONIO QUINTERO OROZCO	3124255219	
17	29656138	GRISELDA GUARIN	3203858153	
18	29282529	GUEISA RODAS ROMERO	3208183910	
19	17665239	HUGO ARIAS SUAREZ	3124564362	
20	17665447	HUMBERTO OME		
21	31192977	INES MARIA OCAMPO OROZCO	3125601376	
22	17668571	JAIME MONCADA BETANCOUR	3228347908	
23	3341732	JANIER OSPINA OSPINA	3143953011	

Carrera 6B N° 3A-06 B/ Centro -Celular -3226846186
E-mail: cortuniversal@gmail.com
www.cortuniversal.blogspot.com
http://contuniversal.com

Powered by CamScanner

24	9991273	JHON JAIRO TRUJILLO FERNANDEZ	3105469542	Jhon Jairo
25	4954340	JOAQUIN VARGAS JOVEN	3115481732	Joaquin
26	17665574	JORGE EMIGDIO LOPEZ	3143214781	Jorge E Lopez
27	2281336	JORGE VARGAS HERNADEZ	`3133608098	Jorge V
28	6680739	JOSE ABRAHAN LEON RAMIREZ	3125833618	
29	4677588	JOSE ARNOBIS CARDONA	3123065203	
30	17783008	JOSE ELIBERTO MUÑOZ VARGAS	3115025656	Eliberto
31	6680991	JOSE ESNORALDO MOLINA MOLINA	3168333794	
32	5835983	JOSE HECTOR ARVEY GUZMAN PALMA	3133162860	
33	17783003	JOSE OMAR TORO SEPULVEDA	3125489431	Omar Toro
34	4334361	JOSE ORLANDO ORTIZ	3223693421-3045650100	Jose Orlando Ortiz
35	17666040	LIBARDO MORENO	3144656123	
36	17631332	LUIS ARTURO QUINTERO BERMUDEZ	3102486622	Luis Arturo Quintero

Powered by CamScanner

37	17667393	LUIS CARLOS RAYO LABRADOR	3219537258	
38	17667477	LUIS FELIPE VARGAS VERA	3209049807	
39	17622609	LUIS MIGUEL SUAREZ TRUJILLO	3114752666	
40	17667200	MARCO ANTONIO OROZCO CARMONA	3166212951	
41	40640054	MARIA AURORA BLANDON DE CASTAÑEDA	3203251618	
42	40725035	MARIA DALILA LOPEZ	3102820400	
43	30066034	MARIA ELCY PARRA BORRAY	3125082473	
44	42068309	MARÍA ELENA GAVIRIA OCAMPO	3187464796	
45	40725351	MARIA LUISA BONILLA	3222292362	
46	40625707	MARIA ROSALBA ZAPATA RAMIREZ	3156464381	
47	6189593	MARINO DUQUE SANCHEZ	3213035518	
48	40726411	MERCEDES BAUTISTA CABRERA	3118849322-3227087890	
49	2239538	MIGUEL ANTONIO GALINDO GARCIA		

Powered by CamScanner

50	4903118	MIGUEL ANTONIO SUAREZ VASQUEZ	3123800177	
51	40729244	NEIRE BONILLA BORBON	3227526193	Neire Bonilla
52	17626861	OSCAR DELIO CALDERON GUTIERREZ	3223986398	
53	6256653	PABLO RIVERA TORRES	3228313787	PRT
54	214686	PEDRO JOSE LOPEZ ORJUELA	3203200686	
55	17660103	QUERUBIN PEREZ	3133778997	
56	40727345	ROSA ELVIRA LOPEZ	3124278114	Rosa Elvira Lopez
57	6680962	RUBEN ARNULFO PEREZ	3134169094	
58	4707465	SERAFIN ORTIZ LENIS	3228710475	
59	5816896	SILVERIO VIRU SABOGAL	3118862463	Silverio
60	17115123	URIAS LOPEZ	3147277284	

RESPONSABLE: Sonia Esther Martinez Castre

CARGO: Nutricionista Dietista.

FIRMA: _____

Powered by CamScanner

CUENTA DE COBRO No. 1

CORPORACIÓN CULTURAL, TURÍSTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL

CORTUNIVERSAL

NIT: 900.623.092-6

DEBE A:
SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
CC: CC: 1.102.821.474

LA SUMA DE:
UN MILLON CUATROCIENTOS MIL PESOS
($ 1.400.00) M/CTE

POR CONCEPTO DE:

Prestación de servicios profesionales como Nutricionista Dietista del centro de vida Jesús de la Buena Esperanza en el marco del convenio de asociación N°004 de 2023, suscrito entre el municipio de El Doncello y la Corporación Cultural, Turística, Ambiental y Deportiva Turmalina Universal (Cortuniversal). Informe primer producto.



SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
CC: 1.102.821.474 EXPEDIDA EN SINCELEJO-SUCRE

CORPORACION CULTURAL, TURISTICA, AMBIENTAL Y DEPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL

NIT: 900623092-6

Tel. 3226846186

Email. cortuniversal@gmail.com

Autorización No. 18764050348981 válida desde 13/06/2023 hasta 13/06/2024 rango desde DSE-201 hasta DSE-500.

Proveedor: SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
NIT : 1102821474-1
Dirección: CL 15 13 46 BRR EL PORVENIR, Florencia, Caquetá, Colombia, CP 180001

Forma de pago: Contado
Medio de Pago: Transferencia Débito Bancaria
Total de Lineas: 1

DOCUMENTO SOPORTE EN ADQUISICIONES EFECTUADAS A NO OBLIGADOS A FACTURAR

DSE446

MONEDA:	**COP Colombia, Pesos**
HORA EMISIÓN:	**10:05:06**
FECHA FIRMADO:	**09/10/2023 15:00:19**

FECHA DE EMISIÓN			FECHA DE VENCIMIENTO		
DIA	MES	AÑO	DIA	MES	AÑO
08	10	2023	--	--	--

No. Orden comprador	1	**Fecha**	

#	CÓDIGO	DESCRIPCIÓN	U. MEDIDA	CANTIDAD	PRECIO U.	IVA	DCTO.	TOTAL
1	0011	Seguimiento mensual, por profesional en nutrición y dietética a cada uno de los 60 beneficiarios del centro vida Jesús de la buena Esperanza. **Fecha inicio:** 06/10/2023 **Tipo periodo:** Por operación	WSD	1,00	$1.400.000,00		0,00	$1.400.000,00

SON: (Un millon cuatrocientos mil pesos)
CUDS **: 9cd9151ed50b7ff540463b7ff3ed4c561bc93cc592bf3c1e6bf271105a2ccc0f1d3b79428e3bfb6e00277fc76027fb9d**

Subtotal:	$1.400.000,00
Cargos:	$0.00
Descuento:	$0.00
Total:	$1.400.000,00

Firma Digital: Poc0EiNYG+JSj360KDNrSKtmeM27mqmELh324ReeKrC+GY+I7MkJdtkKAhYOBbi5 9uC2lZAHtsuPqBpuciV0hx29PFytfZmFjCoQZgGEn1yDlK8lmb tBwjFstRMYwk75 nSbEdspybI9F3wnFeXa8/aDfhF5KiMlXNbyxn8EaOXYpN0Yf54UJogO89w0oEbQT QIK/2K5ClMxHp/NQ1diDi38XQATX/rROouB 8dNZPd/Pol0tJCQdl79pVha8ehVkF Pg+jpepmxFrMcxrUPdsABJ9yrfTnC/SPFyLNZJbDLX2LL/6r1XV2RvDx2lB+ZJit GVJpOp5PlOeoPARUt6YB Kg==

Representacíon impresa de Documento soporte en adquisiciones efectuadas a no obligados a facturar

facturatech

Software: e-Factura Proveedor tecnológico: cadena. Nit. 890.930.534-0

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
COMPROBANTE DE PAGO

Bancolombia

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CEDULA DE CIUDADANIA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	1102821474
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
CIUDAD/MUNICIPIO:	FLORENCIA	DEPARTAMENTO:	CAQUETA
DIRECCIÓN:	VILLAMILEIDY	TELÉFONO:	4444444
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Actividades reguladoras y
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:	**7897524726**		TIPO DE PLANILLA:		I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN	MES:	septiembre	PERIODO COTIZACIÓN	MES:	septiembre
OTROS SUBSISTEMAS:	AÑO:	2023	SALUD:	AÑO:	2023
DÍAS DE MORA:		0			
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):		2023/09/27	NÚMERO AUTORIZACIÓN:		183440110

NOVEDADES

ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP

LIQUIDACIÓN GENERAL

			TOTALES	
			COTIZANTES	TOTAL PAGADO
PENSIÓN				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
800224808	230301	230301-PORVENIR	1	$ 330.800
		SUBTOTAL:	1	**$ 330.800**
SALUD				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
806008394	ESSC07	ESSC07-ASOC. MUT. SER EMPRESA SOL. ESS	1	$ 258.400
		SUBTOTAL:	1	**$ 258.400**
RIESGOS PROFESIONALES				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
860011153	14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	1	$ 50.400
		SUBTOTAL:	1	**$ 50.400**

VALOR SIN MORA:	**$ 639.600**
VALOR MORA:	**$ 0**
TOTAL PAGADO:	**$ 639.600**

Planilla Pagada

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

Bancolombia

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CEDULA DE CIUDADANIA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	1102821474
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			SONIA ESTHER MARTINEZ LASTRE
CIUDAD/MUNICIPIO:	FLORENCIA	DEPARTAMENTO:	CAQUETA
DIRECCIÓN:	VILLAMILEIDY	TELÉFONO:	4444444
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Actividades reguladoras y facilitadoras de la act
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:			**7897524726**	TIPO DE PLANILLA:	I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES septiembre	AÑO	2023	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES septiembre AÑO 2023
DÍAS DE MORA:			0		
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):			2023/09/27	NÚMERO AUTORIZACIÓN:	183440110

TOTAL APORTES A PENSIÓN

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	COTIZACIÓN	APORTES VOLUNTARIOS		FSP		MORA		TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE			EMPLEADOR	COTIZANTE	SOLIDARIDAD	SUBSISTENCIA	COTIZACIÓN	FSP	APORTES	MORA	VALOR PAGADO
230301	230301-PORVENIR	1	$ 330.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 330.800	$ 0	$ 330.800
SUBTOTALES:										**$ 330.800**	**$ 0**	**$ 330.800**

TOTAL APORTES A SALUD

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD		LICENCIA MATERNIDAD		SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN		MORA		TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
ESSC07	ESSC07-ASOC. MUT. SER EMPRESA SOL. ESS	1		$ 0		$ 0		$ 0	$ 258.400	$ 0	$ 0	$ 0	$ 258.400	$ 0	$ 0	$ 258.400
SUBTOTALES:													**$ 258.400**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 258.400**

TOTAL APORTES A RIESGOS PROFESIONALES

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD IRP			SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN	TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PAGO A OTROS RIESGOS	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	1		$ 0	$ 0		$ 0	$ 50.400	$ 50.400	$ 0	$ 0	$ 50.400
SUBTOTALES:									**$ 50.400**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 50.400**

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES

DATOS DEL COTIZANTE										NOVEDADES																			SEGURIDAD SOCIAL																								PARAFISCALES						
																													PENSIÓN									SALUD						ARP																
																															FSP		APORTES VOLUNTARIOS																												
Nº	IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO	EXTRANJERO	REFORMA TRIBUTARIA	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	ADMIN	DIAS COT	IBC	COTIZACIÓN	SUBSISTENCIA	SOLIDARIDAD	EMPLEADOR	EMPLEADO	INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE	ADMIN	DIAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE	ADMIN	DIAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE	DIAS COT	IBC	CCF	TOTAL APORTE	SENA	TOTAL APORTE	ICBF	TOTAL APORTE	ESAP	TOTAL APORTE	MINEDU	TOTAL APORTE
1	CC 1102821474	MARTINEZ LASTRE SONIA ESTHER	INDEPENDIENTE VOLUNTARIO AL SISTEMA DE RIESGOS LABORALES		$ 2.067.000				NO								01-30										230301-PORVENIR	30	$ 2.067.000	$ 330.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 330.800	ESSC07-ASOC. MUT. SER EMPRESA SOL. ESS	30	$ 2.067.000	$ 258.400	$ 0	$ 258.400	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 2.067.000	110282147	$ 50.400		$ 0		$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

TOTAL	**$ 639.600**

El Doncello, 8 de octubre de 2023

Señor:
PEDRO DE JESUS LONDOÑO MEDINA
Representante legal
CORPORACION CULTURAL, TURISTICA, AMBIENTAL Y DESPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL CORTUNIVERSAL "Cortuniversal"

Yo, SONIA ESTHER MARTÍNEZ LASTRE, identificado con CC No. 1102821474 expedida en Sincelejo -Sucre, declaro bajo la gravedad de juramento que cumplo con la condición expuesta en el Artículo 329 del Estatuto Tributario Modificado por el Artículo 10 de la Ley 1607 del 26 de diciembre de 2012 el cual cita "Los trabajadores que presten servicios personales mediante el ejercicio de profesiones liberales o que presten servicios técnicos que no requieran la utilización de materiales o insumos especializados o de maquinaria o equipo especializado, serán considerados dentro de la categoría de empleados, siempre que sus ingresos correspondan en un porcentaje igual o superior a (80%) al ejercicio de dichas actividades".

Así mismo certifico que el pago de seguridad social planilla No. **7897524726** correspondiente al mes de septiembre 2023, el cual es único y exclusivo para el cobro de la prestación de servicios profesionales como Nutricionista Dietista para desarrollar cronograma de actividades en el centro vida en el marco del convenio de asociación N°004 de 2023, suscrito entre el municipio de El Doncello y la Corporación Cultural, Turística, Ambiental y Deportiva Turmalina Universal cortuniversal del contrato de prestación de servicios profesional N. 030**,** suscrita con la **CORPORACION CULTURAL, TURISTICA, AMBIENTAL Y DESPORTIVA TURMALINA UNIVERSAL "**CORTUNIVERSAL**"**

Por lo anterior respetuosamente solicito aplicar lo estipulado en estas normas para efecto de retención en la fuente de los pagos realizados a mi nombre.

Cordialmente.



SONIA ESTHER MARTÍNEZ LASTRE
C.C. 1.102.821.474
Nutricionista Dietista

Corporación Cultural Turística Ambiental y Deportiva Turmalina Universal

Nit: 900.623.092-6

COMPROBANTE DE EGRESO

Nº 637

$ 1.400.000

FECHA: 23-10-2023

PAGADO A: Sonia Esther Martinez Lastre

POR CONCEPTO DE: Nutricionista de Centro Vida del Mes de Septiembre

VALOR EN LETRAS: Un Millon Cuatrocientos Mil Pesos

EFECTIVO: ☐ CHEQUE: _____ N° BANCO: _____

FIRMA BENEFICIARIO

Sonia E Martinez Lastre

C.C. Ó NIT:

APROBADO POR:

C.C. Ó NIT:

DEDUCCIONES	
CONCEPTO	VALOR
SUBTOTAL $	1.400.000
RETEFUENTE $	
RETE-ICA $	
RETE-IVA $	
TOTAL DEDUCCIONES $	
TOTAL A PAGAR $	1.400.000

Powered by CamScanner