1. DATOS GENERALES

Fecha: 30 /06/2023

Nombre del proyecto/servicio/localidad: Convenio 6772-2023. Centro de Cuidado Transitorio San Josè Nazareth-Suba.

Personas asignadas para la construcción de la estrategia Información, educación y comunicación:

Liliam Lima Anaya-Nutricionista y Dietista

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA

Diagnòstico de las necesidades en promociòn de estilos de vida saludable:

Mediante el desarrollo de la técnica “Árbol de Problemas”, a través del cual se realiza un diagnóstico inicial del problema o problemas relacionados con la alimentación y que impactan negativamente a las personas mayores que asisten en el centro de atención transitorio San José Nazareth de Suba.

A continuación, se presenta la diagramación del Árbol de Problemas, en el cual se verifica el problema principal y la estructura causal:



Elaboración propia a partir del desarrollo de la actividad.

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA

El problema central demostrado: las personas mayores presentan inadecuados hábitos de alimentación; determinados por un alto consumo de sal, alto consumo de azúcar añadida, bajo consumo de frutas, bajo consumo de verduras y consumo de alcohol.

Adicional a lo anterior, desde las actividades diarias realizadas en la entrega de alimentación, se logra constatar que los niveles de desperdicios en las preparaciones de verduras son considerables, como consecuencia de la **"no aceptación"** de estas preparaciones por parte de las personas mayores.

Grupo/s interactivo/s:

La actividad está dirigida a las personas mayores que asisten al Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth-Suba.

Identificación participativa de la necesidad:

La posible causa de la situación descrita está relacionada con el contexto socio-cultural en el que se desenvuelven las personas mayores; los patrones alimentarios (establecidos en la familia), y por supuesto la cultura alimentaria que trae consigo la persona mayor.

Explorando durante el ejercicio, se logran identificar con los asistentes las siguientes efectos o consecuencias: bajo consumo de alimentos saludables y deterioro de la salud.

Entornos: Individual ___, Familiar ___, Institucional, ___, Comunitario __x_

Tema:

Alimentación saludable: El plato saludable de la familia colombiana

3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

Alcance de la estrategia IEC:

La estrategia parte desde la identificación de las necesidades de las personas mayores del Centro de Cuidado Transitorio San Josè Nazareth-Suba, hasta la construcción e implementación de una estrategia dirigida a motivar la adecuada selección y consumo de alimentos por parte de las personas mayores.

Objetivos:

Las personas mayores q ue asisten al Centro de Cuidado Transitorio San Josè Nazareth-Suba, lograrán:

Información: Reconocer la importancia de la selección adecuada de alimentos que les permitan adoptar estilos de vida saludable.

Educación: Conocer las características de los que componen el plato saludable de la familia Colombiana.

Comunicación: Aplicar la selección adecuada de los alimentos a través del conocimiento del plato saludable de la Familia Colombiana.

Descripción de las acciones de información, educación y comunicación a desarrollar:

En información:

La base fundamental para el desarrollo de esta estrategia es el documento Guìas Alimentarias Basadas en Alimentos, que representan los grupos de alimentos a travès del Plato Saludable de la Familia Colombiana.

En educación:

El diseño e implementación de experiencias articuladas a la elaboración manual de un juego y aplicación del mismo con las personas mayores proporcionan los conocimientos y habilidades necesarios en la adquisición de las bases para lograr estilos de vida saludable.

En comunicación:

A través del compartir de la lúdica, se llevan a cabo acciones que motivan el establecimiento de compromisos por parte de las personas mayores, acerca de la selección de alimentos saludables.

Mensajes:

- Al mal tiempo… buena fruta

Herramienta/s pedagógica/s: Plato a la carta

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
"PLATO A LA CARTA"	Herramienta lúdica pedagógica. El juego consta de 25 cartas	Se realiza un proceso de apropiación y refuerzo de los saberes	Cartas elaboradas de los alimentos	Desarrollada el 30 de junio..

	elaboradas en papel contienen figuras de alimentos en 3D. Estas cartas están elaboradas en los mismos colores que corresponden a los grupos de alimentos del plato saludable de la familia colombiana, para ser identificados	con los diferentes grupos interactivos, a través del juego con las cartas de alimentos		

4. EVALUACIÒN

Al iniciar la actividad se aplicará a todo el grupo el test de evaluación inicial, una vez se finalice la actividad se realizará retroalimentación y se aplicará el test de evaluación final.

Elaborado por:
Liliam Lima Anaya
N y D.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA CAPACITACIÓN

Código: FOR-PSS-296
Versión: 0
Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
Página: 1 de 1

FECHA: 30-JUNIO 123 | POBLACION OBJETO: 8 | SERVICIO SOCIAL: C.C. TRANSITORIO SAN JOSE NAZARETH

TEMA: PLATO SALUDABLE DE LA FAMILIA COLOMBIANA | No. PERSONAS CAPACITADAS: 13 | TOTAL HORAS: 2

PROFESIONAL RESPONSABLE: LILIATA LIDA A | PROFESIÓN Y DEPENDENCIA: NUTRICIONISTA – DIETISTA

No	LOCALIDAD	TIPO DOCUMENTO	NÚMERO DOCUMENTO	NOMBRE 1	NOMBRE 2	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	EDAD	SEXO F	SEXO M	FIRMA
1	SUBA	CC	19129612	Alberto		Sanabria	Bustamante	72		X	
2	SUBA	CC	17081880	GUILLERMO	-	TURRIAGO	GUZMAN	81		X	
3	SUBA	CC	19082459	SILVIÓN		NARIÑO	HIOS	73		X	
4	SUBA	CC	19255215	Miguel		Vivas	Castro	68		X	
5	SUBA	CC	8242219	Julio		Navarrete	PEREZ	80		X	
6	SUBA	CC	17069946	CARLOS ARTURO		Navarrete	Diaz	80		X	
7	SUBA	CC	Alfredo	Bernal		Bernal	Salamanca	68		X	
8	SUBA	CC	MANUEL	BELTRAN				60		X	
9	SUBA	CC	19160980	Jaider	Angel	Montoya	Guerrero	72		X	
10	SUBA	CC	19'146.741	JOSE	Roberto	Saavedra	Saavedra	71		X	
11	SUBA	CC	19138277		Ernesto	Romero		72		X	
12	SUBA	CC	19207896	Antonio		Tafur	Quintero	73		X	
13	SUBA	CC	7514208	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	71		X	
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											
22											

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REPORTE CUALITATIVO	Código:	FOR-PSS-300
		Versión:	0
		Fecha:	Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página:	1 de 1

SUBDIRECCIÓN LOCAL/TÉCNICA: SUBA SEMESTRE: primer semestre

PROFESIONAL(ES) RESPONSABLE(S): LILIAM LIMA ANAYA

LOGROS	DIFICULTADES	ALTERNATIVAS DE SOLUCIÓN
Los participantes identifican el Plato Saludable de la familia Colombiana, como un instrumento que permite esteblacer el concepto de alimentaciòn saludable.	Las personas mayores condicionan el consumo de ceirtos alimentos a las " particularidades", la mayoria no logra diferenciar que las recomendciones de consumo son generales y se dan en condiciones de adecuado estado de salud.	Mantener estrategia de comunicaciòn: murales, mensajes periòdicos, en los cuales se refuerzen a las personas mayores la importancia de una alimentaciòn saludable para mantener un òptimo estado de salud.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO TEST INICIAL Y FINAL	Código: FOR-PSS-299 Versión: 0 Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019 Página: 1 de 2

SUBDIRECCIÓN LOCAL/TÉCNICA: SUBA	PROYECTO: 8	
SERVICIO SOCIAL: CENTRO DE ATENCIÒN TRANSITORIA	POBLACIÓN OBJETO:	
FECHA: 30-06-23	TEMA: PLATO SALUDABLE FUA COLOMBIANA.	EQUIPO No: GRUPAL
NOMBRES Y APELLIDOS PROFESIONAL RESPONSABLE: LILIAM LIMA ANAYA		
NOMBRES Y APELLIDOS PERSONA QUE DILIGENCIA EL TEST INICIAL:		

Relacionar con una línea imágenes o enuanciados de la columna "A" con Imágenes o enunciados de la columna "B" según corresponda.

COLUMNA A	COLUMNA B
Cereales, raices, plàtano y tubèrculos	Alimentos fuentes de vitaminas y minerales (micronutrientes) principalmente, fibra y agua, el consumo de 5 o mas porciones diarias contribuyen a la disminución de la prevalencias de enfermedades
Agua	Estos alimentos son fuente principal de Calorias y carhohidratos necesarios para que el cuerpo obtenga la energía necesaria para desarrollar sus actividades diarias.
Leche y productos làcteos	Este grupo de alimentos es fuente principal de proteinas y calcio
Frutas y verduras	Son necesarias para la salud, los alimentos fuente de grasa proporcionan también calorías y generalmente se usan para las preparaciones de los alimentos.
Grasas y azùcares	Son fuente de calorias y carbohidratos simples, también le dan al cuerpo energia, sin embargo su consumo debe ser limitado

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO TEST INICIAL Y FINAL	Código: FOR-PSS-299 Versión: 0 Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019 Página: 2 de 2

NOMBRE Y APELLIDOS PERSONA QUE DILIGENCIA EL TEST FINAL: LILIAM LIMA ANAYA

EQUIPO No: CRUPAL

Relacionar con una línea imágenes o enuanciados de la columna "A" con imágenes o enunciados de la columna "B" según corresponda.

COLUMNA A	COLUMNA B
Cereales, raices, plàtano y tubèrculos	Alimentos fuentes de vitaminas y minerales (micronutrientes) principalmente, fibra y agua, el consumo de 5 o mas porciones diarias contribuyen a la disminución de la prevalencias de enfermedades
Agua	Estos alimentos son fuente principal de Calorias y carhohidratos necesarios para que el cuerpo obtenga la energía necesaria para desarrollar sus actividades diarias.
Leche y productos làcteos	Este grupo de alimentos es fuente principal de proteinas y calcio
Frutas y verduras	Son necesarias para la salud, los alimentos fuente de grasa proporcionan también calorías y generalmente se usan para las preparaciones de los alimentos.
Grasas y azùcares	Son fuente de calorias y carbohidratos simples, también le dan al cuerpo energía, sin embargo su consumo debe ser limitado

EVALUACIÓN CUALITATIVA DE LA CAPACITACIÓN

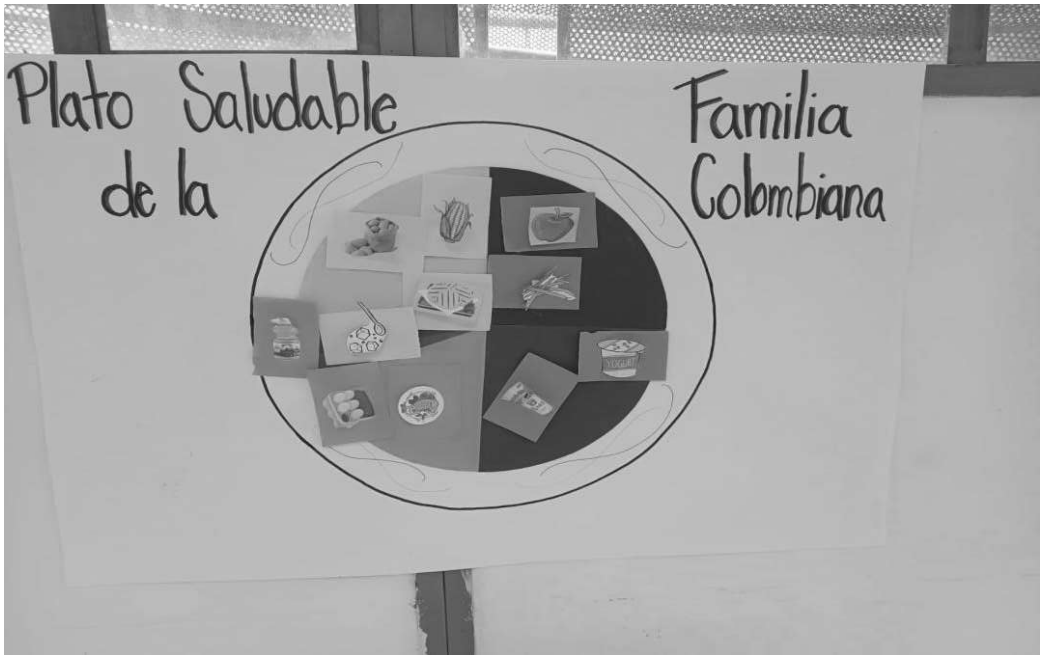
Marque con una X SI o NO según su criterio

		SI	NO
1	¿El tema y la metodología desarrollada fueron adecuadas y cumplieron con sus expectativas?	X	
2	¿Los materiales utilizados durante el proceso de capacitación fueron adecuados?	X	
3	¿El capacitador conocía bien el tema?	X	
4	¿Le gustaría que se llevara continuidad en los procesos de capacitación?	X	
	Si la respuesta es SI, cuales temas le interesan: "Mas Juegos"		
5	¿Teniendo en cuenta la actividad realizada, a partir de hoy que hábitos modificará para ser más saludable? "Menos dulces" "Hacer ejercios en la mañana"		

Powered by CamScanner

HOGARES SI A LA VIDA

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA		
FECHA: 30/06/2023	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** ESTRATEGIA ECI . PLATO A LA CARTA	**RESPONSABLE:** Liliam Lima Anaya





HOGARES SI A LA VIDA

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA		
FECHA: 30/06/2023	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** ESTRATEGIA ECI . PLATO A LA CARTA	**RESPONSABLE:** Liliam Lima Anaya



