ACTA N° 4

CIUDAD: Bogotá D.C

FECHA: 07/NOVIEMBRE/2023

HORA: 7:00AM

NOMBRE DEL JARDÍN INFANTIL: SAN PABLO MANITAS UNIDAS

FECHA DE DIFUSIÓN: 04/11/2023

Acta alimentacion complementaria TH.

POBLACIÓN DIRIGIDA: FAMILIAS

LUGAR: SAN PABLO MANITAS UNIDAS

TEMA: ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ALIMENTACION COMPLEMENTARIA
DESARROLLO: Siendo las 7:00am la profesional Yeimmy Torres líder del componente de nutrición y salubridad, a medida que van llegando los participantes a al unidad operativa, va saludando cordialmente a las familias y les va haciendo entrega de un folleto de estilos de vida saludable, donde este hace énfasis en la alimentación completaría en la primera infancia, nombrándoles los beneficios de esta si se hace de una manera adecuada. Los hábitos alimentarios que se establecen en la infancia inician con la lactancia materna y continúan con la alimentación complementaria cuando se introducen alimentos diferentes a la leche materna y se consolidan a lo largo de la primera infancia y la etapa escolar. Uno de los aspectos más documentados es la relación entre la alimentación y la presencia de condiciones crónicas (diabetes, sobrepeso, obesidad e hipertensión), específicamente el elevado consumo de grasas saturadas, azúcares y productos industrializados junto con un bajo consumo de frutas y verduras, lo cual puede predisponer a enfermedades cardiovasculares y cáncer desde la infancia. De allí la importancia de promover hábitos de alimentación saludable a madres, padres y cuidadores para que adopten estilos de vida adecuados promoviéndolos a través del ejemplo y la práctica cotidiana. La alimentación adecuada está relacionada no sólo con lo que se come, sino también con el cómo, cuándo, dónde y quién acompaña estos

Powered by CamScanner

momentos; esta ha de considerarse como un proceso de potenciamiento del desarrollo de las niñas y los niños, convirtiéndose en una experiencia significativa para ellas y ellos, en donde prime el afecto, el cariño, la tolerancia y la comprensión. De igual forma, se deben reconocer los ritmos y tiempos propios del desarrollo de las niñas y los niños, reconociendo que ellas y ellos tienen mecanismos de regulación del hambre y la saciedad que deben ser respetados y, por lo tanto, no se debe forzar, ni obligar el consumo de ningún alimento. La publicidad de las bebidas azucaradas y los productos de alto contenido calórico y bajo valor nutricional dirigida a las niñas, niños y adolescentes, influye en sus preferencias alimentarias, en lo que eligen y piden comprar y en sus hábitos alimentarios, situación que ha incrementado el riesgo que niñas, niños y adolescentes presenten enfermedades crónicas con mayor frecuencia alterando su calidad de vida a temprana edad. Por tal razón, se deben implementar estrategias de información, educación y comunicación con las familias y cuidadores, partiendo del reconocimiento de sus particularidades, saberes, intereses e historias de vida, con el fin de promover decisiones acertadas en la selección y preparación de alimentos, protegiendo a las niñas y niños de la publicidad de alimentos no saludables y evitando la preferencia de estos sobre los alimentos naturales y preparados en casa. De igual forma, es importante orientar a las familias sobre prácticas higiénicas durante la manipulación de los alimentos en el hogar durante la selección, compra, almacenamiento, conservación, preparación y servido; así como en el conocimiento de los grupos de alimentos y la importancia de su consumo, manejo de porciones según la edad, planeación de menús y recetas saludables y agradables acordes con el presupuesto familiar.

Powered by CamScanner



Powered by CamScanner





Powered by CamScanner

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Jenny Barbosa	Papá	Jl San Pablo	
Diliana Peni	Mamá	Jl San Pablo	
Yeritzi Garcia	Mamá	Jl San Pablo	
Yaredis Reyes	Mamá	Jl San Pablo	
Gabriela Diaz	Mamá	Jl San Pablo	
HARLYS Esther Bonilla	tia	Jl San Pablo	
Fernando Toro	Abuelo	Jl San Pablo	
Yoselyn Arrieta	Mamá	Jl San Pablo	
Sandra Argoti	Mamá	Jl San Pablo	
Brayan Silvestre S.	Papá	Jl San Pablo	
Ana yannetth Ayala	Abla	Jl San Pablo	
Angel Balanzategui	papa	Jl San Pablo	
Carmen Castillo	Mamá	Jl San Pablo	
Natalia Ramón	mamá	Jl San Pablo	
Juan Carmona	papa	Jl San Pablo	
Delvis Ardila	abuela	Jl San Pablo	
Yerdelis Reyes	mamá	Jl San Pablo	

Elaboró: componente Nutrición Y salubridad

07 noviembre de 2023

Powered by CamScanner