Fecha: 13/12/2023
Número de contrato o convenio: 8337/2023
Lugar: Alcaldía Barrios Unidos

1. TEMA: Socialización y entrega del informe de evaluación del estado nutricional de los participantes – Localidades de Chapinero, Suba, Usaquén y Teusaquillo.

2. OBJETIVO GENERAL

Socializar a los referentes familiares y/o acudientes de los participantes del Centro Integrarte Atención Externa Grupo 1, del informe de evaluación del estado nutricional final para dar a conocer los avances o retrocesos presentados durante la vigencia.

3. MARCO CONCEPTUAL

En la actualidad está ampliamente aceptado que la dieta es un determinante fundamental del estado de salud de los individuos, tanto por el papel que tienen los nutrientes en la prevención de enfermedades carenciales, como por la implicación de algunos nutrientes y alimentos en el desarrollo de enfermedades crónicas.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), en el marco de la "Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud", afirma: "Una dieta malsana es un factor de riesgo clave de las enfermedades no transmisibles (ENT) que puede modificarse. Si no se combate la mala alimentación – junto con otros factores de riesgo- la prevalencia de ENT en la población se incrementará a través de mecanismos tales como el aumento de la presión arterial y la glucemia, alteraciones del perfil lipídico y el sobrepeso u la obesidad.

Es por lo anterior que el concepto que define mejor el mensaje sobre la forma recomendable de comer es el de alimentación saludable. En él se suman los conceptos de *suficiencia* (en energía y nutrientes), *equilibrio* (aporte de nutrientes en las proporciones recomendadas), *variedad (*siempre que sea de alimentos saludables, es útil para asegurar tanto los aportes de macro como de micronutrientes), *seguridad* (alimentos libres de contaminantes biológicos o químicos que pudieran dañar al organismo) y *adecuación* (a las características sociales y culturales de cada individuo o grupo y también al entorno así como a las necesidades individuales de cada etapa y circunstancia de la vida). Hay que añadir, que una alimentación saludable debe ser *agradable* y sensorialmente satisfactoria. Es por ello que una alimentación saludable es aquella que permite alcanzar y mantener un funcionamiento óptimo del organismo, conservar o restablecer la salud, disminuir el riesgo de padecer enfermedades, asegurar la reproducción, la gestación y la lactancia, promover un crecimiento y desarrollo óptimos. Debe ser satisfactoria, suficiente, completa, equilibrada, armónica, segura, adaptada, sostenible y asequible.

Según la OMS, para garantizar un estilo de vida saludable, se recomienda consumir una cantidad abundante de frutas y hortalizas, reducir la ingesta de grasa (especialmente saturada), azúcar y sal, y practicar actividad física (además de evitar el consumo de tabaco y alcohol).

Bibliografía:

Nutrición y dietética clínica 3ra. Edición. Jordi Salas-Salvadó. Barcelona, España 2014.

4. METODOLOGÍA

En las instalaciones de la Alcaldía de Barrios Unidos se llevó a cabo la socialización a los referentes familiares y/o cuidadores que no asistieron en la convocatoria anterior, del informe de evaluación del estado nutricional de los participantes.

La Nutricionista Angélica Cifuentes Avendaño quien dirigió el encuentro, socializó individualmente el estado nutricional y los cambios presentados hasta la fecha, brindando recomendaciones generales para que fueran aplicadas en los hogares, con el fin de evitar deterioro de la condición en quienes presentan algún tipo de malnutrición (delgadez, sobrepeso y obesidad) y mantenimiento en quienes se encuentran en estado nutricional normal de manera estable.

Cabe mencionar que hizo énfasis en la necesidad de solicitar manejo médico y nutricional desde la EPS para quienes se mantienen en malnutrición con el tiempo y sin ningún cambio que indique modificación de hábitos alimentarios, ya que el centro no realiza ese tipo de intervenciones a pesar de contar con una parte de los profesionales y por el contrario, se basa en las indicaciones proporcionadas por la entidad para unificar criterios de manejo y apoyar con los tratamientos requeridos.

Para terminar, la profesional resolvió las dudas presentadas, agradeció la atención prestada y solicitó firmar como soporte, listado de asistencia.

Los informes originales reposan en cada una de las historias sociales de los participantes.

5. RECURSOS

- **Humanos:** Referentes familiares y/o acudientes de las personas con discapacidad Carlos San Martín, Paul Rodríguez, Diana Carrillo, Iván Pinilla, Diego Cárdenas, Diana Ceballos, Anguie Munévar, Yesica Ostos, Johan Bautista, Adriana Silva, Diego Pacheco, Claudia Gómez, Liseth Angarita, Adriana Castillo, Narda Liévano, Edwin Camargo, Lina Rodríguez, Oscar Murcia, Katerin Socarras, Cristian Villamil y Nutricionista Angélica Cifuentes Avendaño.
- **Físicos:** Informes del estado nutricional, listados de asistencia, esfero, tabla.

6. COMPROMISOS/TAREAS

- Realizar los encuentros los días y horarios acordados por las partes y asistir puntualmente.
- El equipo de trabajo que asume la sesión contará con los materiales que permitan desarrollar con éxito la temática planeada.
- En caso de no poder asistir alguna de las dos partes, comunicarán con antelación las dificultades presentadas para llegar a un acuerdo y realizar la actividad o socialización posteriormente.
- Implementar en casa las recomendaciones ofrecidas con las cuales se espera mantener o mejorar el estado nutricional encontrado.

7. EVALUACION DE LA ACTIVIDAD

- Hicieron presencia los 20 referentes familiares y/o acudientes faltantes a quienes les fue socializada la información, con gran disposición y apertura de su parte por conocer los avances y/o retrocesos que sus hijos presentaron a lo largo de la vigencia y la manera en que fueron atendidos desde el Programa de Nutrición para replicar dichas estrategias en casa.
- Algunos referentes fueron conscientes del rol que ejercen en su casa los hábitos alimentarios y las decisiones de compra que tienen con el estado nutricional de sus hijos.
- Reconocen que los tratamientos farmacológicos generan sintomatología asociada al consumo o no de alimentos, siendo importante estar muy atentos en casa de lo que ellos eligen cuando sienten hambre y de la frecuencia que lo hacen, ya que en la unidad operativa se tienen establecidos gramajes y preparaciones específicas cada día, que no dan lugar a que se presente un mayor consumo.
- Los referentes familiares y/o acudientes evaluaron la actividad como beneficiosa ya que de esa manera pueden mantener o mejorar la condición nutricional de sus hijos.

JOHAN SMIT BAUTISTA VALLEJO: Participante que en la última valoración nutricional se encontró NORMAL con IMC de 22 y sin cambios en sus componentes corporales (masa grasa y/o muscular) que lo mantiene en una condición estable (ganancia de 2,6 Kg); circunferencia de cintura de 81 cm que no demuestra estar a riesgo de enfermedad cardiovascular. Presentó adecuado estado de salud durante este periodo. Sin evidencia de signos o síntomas asociados a deficiencias por micro o macronutrientes. No requiere de apoyo en su alimentación (piezas dentales en buen estado), ni en su movilidad funcional. Consume los alimentos que le son suministrados con agrado, buen apetito y sin dificultad; patrones apropiados de ingesta (masticación y deglución) y adecuada tolerancia gastrointestinal.

Recomendaciones:

- Consumir alimentos cada 3 o 4 horas, distribuidos en 5 tiempos de comida durante el día.
- Tomar agua a necesidad durante el día, evitando bebidas que contengan azúcar añadida como gaseosas, refrescos y jugos artificiales.
- Consumir frutas y verduras varias veces al día, preferiblemente enteras y/o crudas.
- Emplear aceites vegetales de una sola fuente para las preparaciones. Disminuir fritos, alimentos de paquete y comidas rápidas.
- Consumir arepa, cereales como arroz, pasta y productos derivados como galletas, pan o tostadas, integrales.
- Realizar actividad física acorde a la recomendada para adultos (150 min/semana).

ND. Angélica Cifuentes Avendaño

EDWIN LIBARDO CAMARGO CORDERO: Participante que en la última valoración se encontró en SOBREPESO con IMC de 27,7 y sin cambios en sus componentes corporales (masa grasa y/o muscular) con presencia de panículo adiposo generalizado; circunferencia de cintura de 95,5 cm que demuestra estar a riesgo de enfermedad cardiovascular. Presentó sintomatología gripal durante 7 días que fue manejada con aislamiento en casa y remedios naturales, sin mayor novedad durante este periodo. Sin evidencia de signos o síntomas asociados a deficiencias por micro o macronutrientes. No requiere de apoyo en su alimentación (piezas dentales en buen estado), ni en su movilidad funcional. Consume los alimentos que le son suministrados con agrado, buen apetito y sin dificultad; patrones apropiados de ingesta (masticación y deglución) y adecuada tolerancia gastrointestinal.

Recomendaciones:

- Consumir alimentos cada 3 o 4 horas, distribuidos en 4 tiempos de comida durante el día.
- Tomar agua a necesidad a lo largo del día, evitando bebidas que contengan azúcar añadida como gaseosas, refrescos y jugos artificiales.
- Consumir frutas y verduras preferiblemente enteras y/o crudas todos los días, éstas últimas que ocupen la mitad del plato.
- Disminuir al máximo el empleo de aceites, utilizar el mínimo requerido para las preparaciones. No fritos, no alimentos de paquete y comidas rápidas, consumir lácteos descremados.
- Consumir arepa, cereales como arroz, pasta y productos derivados como galletas, pan o tostadas, integrales. Máximo 1 porción por tiempo de comida (total al día 3 o 4).
- Realizar actividad física de tipo aeróbico para gasto energético (como mínimo 30 minutos al día). Solicitar manejo médico y nutricional desde su EPS para mejoramiento de la condición actual.

ND. Angélica Cifuentes Avendaño



Nombre completo del profesional	Cargo	Registro profesional	Firma
Angélica Cifuentes Avendaño	Nutricionista	52838845	

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO ASISTENCIA REUNIONES CON REFERENTES FAMILIARES CENTROS INTEGRARTE ATENCIÓN INTERNA Y ATENCIÓN EXTERNA	Código: FOR-PSS-103 Versión: 2 Fecha: Memo I2023018708 – 28/06/2023 Página: 2 de 2

TEMA DE LA ACTIVIDAD: Socialización informe vigilancia nutricional a nuestros juicios FECHA: 13/12/2023
HORA DE INICIO: 9:00 am HORA DE FINALIZACIÓN: 9:30 am

No.	Nombre del participante	Nombre del referente familiar	Parentesco	Dirección	Barrio	Localidad	Teléfono
1	Paula Lorena Rodriguez	Gloria Ceballos B	Mama	calle 126a #102-64	Colinto	Suba	3246379798
2	Diana Carrillo	Victor Carrillo	Papa	K55 Bis 16158	Contador	Suba	3168373266
3	Ivan A Pinilla Maria-Leonor	Pinilla Maria-	Maria-	calle 143-128-5	Suba	Suba	3004182462
4	Diego F Card	Maria Diaz	mamá	Cll 141 5c 84-10	sanl Suba	Suba	3107703131
5	Diana Ceballos	Ruby Cabuya	Mamá	Carrera 96A #156123	Solitr Suba	Suba	313.374.20.92
6	Yaritza Castillo	Anguie Cardina Gr.	Mama	Cll 132-153-65	suba		3219103318
7	Yessica Ortiz	[illegible]	Mama	Cll 163 [illegible]	SATACcalle USA ATA	Usaquen	3207206
8	Johan Bautist	Nidia Cabo	Mama	Cra 91 #131 11	Checa	Suba	3123469014
9	Adrian Silva	Luis Eduar Silva	Papá	Trv 126 F # 133-88	Otro	Suba	3213273817

Nombre y cargo del profesional: Angela Catalina Arenas - Dinamizadora
Registro profesional: 52838345

Tratamiento de datos personales: los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y el Decreto 1377 de 2013.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO ASISTENCIA REUNIONES CON REFERENTES FAMILIARES CENTROS INTEGRARTE ATENCIÓN INTERNA Y ATENCIÓN EXTERNA	Código: FOR-PSS-103 Versión: 2 Fecha: Memo I2023018708 – 28/06/2023 Página: 1 de 1

TEMA DE LA ACTIVIDAD: Socialización informe vigilancia nutricional a apuntes FECHA: 13/12/2023
HORA DE INICIO: 9:00 am HORA DE FINALIZACIÓN: 9:30 am

No.	Nombre del participante	Nombre del referente familiar	Parentesco	Dirección	Barrio	Localidad	Teléfono
19	Katerin Socarras	Daniela Socarras	Hermana	Cll 161B #12B 34	Jardin norte	usaquen	3245903779
20	Cristian Villa	Myriam Casallas	madre	Cll 155c #99-42	Suba	Suba	3152005443

Nombre y cargo del profesional: Angelica Cristina Arevalo - Nutricionista
Registro profesional: 52838845

Tratamiento de datos personales: los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y el Decreto 1377 de 2013.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO ASISTENCIA REUNIONES CON REFERENTES FAMILIARES CENTROS INTEGRARTE ATENCIÓN INTERNA Y ATENCIÓN EXTERNA	Código: FOR-PSS-103 Versión: 2 Fecha: Memo I2023018708 – 28/06/2023 Página: 1 de 2

TEMA DE LA ACTIVIDAD: Socialización informe vigilancia nutricional a egresante FECHA: 13/12/2023
HORA DE INICIO: 9:00 am HORA DE FINALIZACIÓN: 9:30 am

No.	Nombre del participante	Nombre del referente familiar	Parentesco	Dirección	Barrio	Localidad	Teléfono
10	Diego Alejandro pacheco	Maria Hilda Pacheco	mama	Cra 7 # 153A-30	Barrancas	Usaquen	3224628727
11	Claudia Gomez	Yarlen Vargas	mamá	calle 162 #91-05	Suba Salitre	Suba	3142734468
12	Cecilia Rodríguez	Gabriel Lisseth	mama		Suba Andes	Suba	3160417850
13	adriana castillo	Norica cordera	Mama	CRA 88C #130DB	subarin		3105015454
14	Angela y Lismariana Vega N	Lismariana Vega	hermana	Cra 8c # 186-67	San Antonio N.	Usaquen	3142379791.
15	Alexandra Lizarazo	Cristiano Galvis	esposo	calle 24 C #44A 65	Quinta Paredes	Tunjuelito	3242092863
16	Edwin camargo	Patricio cortes	Papá	Calle 65 # 69L 13	Estrada	Engativa	3118560855
17	Lina Rodriguez	Diego Rodriguez	Hermano	Cra 5d #187C-18	Bilbao	Usaquen	3003351782
18	Oscar Murcia	Carlos Cuchigay	Tio	Cra 148 #161-54	Orquideas	Usaquen	3144178478

Nombre y cargo del profesional: Angelica Citeuta Arevalo - Nutricionista
Registro profesional: 52838845

Tratamiento de datos personales: los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y el Decreto 1377 de 2013.