ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Pagina: 1 de 1

Fecha de ejecución:	**18/7/2024**	**Julio**	**2024**	

Unidad Operativa:	Centro noche Cundinamarca		
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable		
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento	Profesional a cargo:	Vanessa Barrantes Martínez
Nombre de la actividad:	Detectives de etiquetados		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover el conocimiento y la comprensión de los rótulos nutricionales en personas mayores, para fomentar decisiones informadas y saludables sobre su alimentación diaria.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Capacitar a las personas mayores en la identificación y análisis de la información clave presente en los rótulos nutricionales, como el tamaño de la porción, el contenido de nutrientes y los ingredientes.
2. Proporcionar herramientas y estrategias prácticas que permitan a las personas mayores seleccionar productos alimenticios que contribuyan a una dieta equilibrada, tomando en cuenta sus necesidades nutricionales específicas y condiciones de salud.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se da la bienvenida a los participantes y se presenta el objetivo de la actividad, seguido de una breve introducción teórica sobre la importancia de los rótulos nutricionales, utilizando presentaciones y materiales de apoyo.
MOMENTO CENTRAL	se ofrece una capacitación detallada sobre cómo leer y entender los rótulos nutricionales y el rotulado octagonal , seguida de una actividad práctica en la que los participantes, organizados en grupos, analizan rótulos de productos reales y comparten sus hallazgos, fomentando la discusión y el aprendizaje colaborativo.
MOMENTO FINAL	se realiza una discusión plenaria para compartir experiencias y resolver dudas, se reflexiona sobre cómo aplicar el conocimiento adquirido en la vida diaria, y se cierra con una evaluación de la actividad y el agradecimiento a los participantes.

RECURSOS

Alimentos	sillas
Computador	Mesas

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

La evaluación de la actividad se centró en la compresión de los rotulos octagonales el cual pretende generar conciencia al momento de escoger los alimentos que van a comprar, garantizando la comprensión de los rotulos octagonales que muestran el exceso en nutrientes como azucares, edulcorantes, sodio, grasas saturadas y grasas trans. Generando una discusión entre los participantes, las personas mayores mostraron comprensión acerca de la importancia de una elección de alimentos más saludables que prevenga en desarrollo de enfermedades crónicas no transmisible. Para la evaluación se realizó la metodologia investigación, acción participativa (IAP), permitiendo que algunos de los participantes evaluaran la sesión.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA	Nombre de la actividad:
Responsable: Vanessa Barrantes **Fecha: 18 de julio 2024**	Detectives de etiquetado
	
	

UNIDAD OPERATIVA	Centro cuidado transitorio Cundinamarca
CONVENIO	8224-2024
TEMA	Detectives de rotulado
NOMBRE DEL PROFESIONAL	Vanessa Barrantes Martínez

Investigación-Acción Participativa (IAP)

1. INVESTIGACIÓN (análisis de las condiciones históricas de la comunidad, análisis de las condiciones actuales, evaluación participativa)

- Presencia de hipertensión en las personas mayores
- Se evidencia conciencia en las cantidades que se deben consumir a diario
- Mitos arraigados a su edad que limitan la adquisición de nuevos conocimientos entre ellos:
  - "el limon adelgaza la sangre"
  - "la carne es mala"
-

2. EDUCACIÓN (circulo de estudio para el desarrollo de la conciencia crítica)

- despierta el sentido de la conciencia para escoger los alimentos que mejoren la salud
- Priorizar la comida natural vs lo industrial
- Se utilizaron varios metodologias para entender el tema tratado

Powered by CamScanner

3. ACCIÓN (índices de acción, desarrollo de la capacidad comunitaria)

- Poner atención en la decisiones alimentarias
- Revisa los rotulados antes de comprar
- Controlar el consumo de alimentos como condimentos
- Realización de actividad física
- Evitar enlatados y embutidos

Grupo de investigación	
Nombres	firma
- Henry Zamborano - Lilia Agudelo - Vanessa Barantes	María Lilia Agudelo C.

Powered by CamScanner

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: 18 julio 2024 | POBLACION OBJETO: Personas mayores | SERVICIO SOCIAL: Centro transitorio Candelaria

TEMA: Detectives de rotulado | No. PERSONAS CAPACITADAS: 16 | TOTAL HORAS: 1

PROFESIONAL RESPONSABLE: Vanessa Barantes | PROFESIÓN Y DEPENDENCIA: Nutrición

No	LOCALIDAD	TIPO DOCUMENTO	NÚMERO DOCUMENTO	NOMBRE 1	NOMBRE 2	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	EDAD	SEXO F	SEXO M	FIRMA
1	Puente Aranda	CC	5357095	Manuel	Ignacio	Rosero	Maya	86		x	
2	Puente Aranda	CC	14433715	Luis	Eduardo	Cajigas	Gonzalez	82		x	
3	Puente Aranda	CC	29377385	Lilia	Maria	Agudelo	Colorado	83	x		
4	Puente Aranda	CC	13835307	Bernardo		Silva	Lopez	69		x	
5	Puente Aranda	CC	19091123	Jorge	William	Gonzalez	Cadavid	78		x	
6	Puente Aranda	CC	20398552	Bertha	Lucia	Torres	Amaya	66	x		
7	Puente Aranda	CC	41308070	Aura	Maria	Zamora		81	x		
8	Puente Aranda	CC	3045396	Jorge		Trujillo	Laguna	77		x	
9	Puente Aranda	CC	3093032	Jaime	Antonio	Cortes		71		x	
10	Puente Aranda	CC	19167775	Francisco	Jose	Rodriguez	Acosta	72		x	
11	Puente Aranda	CC	19097362	Jaime		Rodriguez		74		x	
12	Puente Aranda	CC	19052573	Luis		Varela		70		x	
13	Puente Aranda	CC	401195	Alfonso		Rivera		81		x	
14	Puente Aranda	CC	3382876	Antonio	Jose	Restrepo		68		x	
15	Puente Aranda	CC	17049708	Henry		Zambrano		83		x	

Powered by CamScanner

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: 18 de julio 2024 | POBLACION OBJETO: Personas mayores | SERVICIO SOCIAL: Centro transitorio Candelaria

TEMA: Detectives de rotulado | No. PERSONAS CAPACITADAS: 16 | TOTAL HORAS: 1

PROFESIONAL RESPONSABLE: Vanessa Barrantes | PROFESIÓN Y DEPENDENCIA: Nutrición

No	LOCALIDAD	TIPO DOCUMENTO	NÚMERO DOCUMENTO	NOMBRE 1	NOMBRE 2	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	EDAD	SEXO F	SEXO M	FIRMA
16	Puente Aranda	19 CC	19072609	Luis	Guillermo	Jimenez	Garcia	75		x	
17											
18											
19											
20											
21											
22											
23											
24											
25											
26											
27											
28											
29											

Powered by CamScanner