ACTA N° 022

FECHA: Bogotá, junio, 25 de 2024

HORA: 14:00 p.m. - 15:00 p.m.

LUGAR: Comunidad de Cuidado Hogar Casa Nostra.

TEMA: Actividad IEC – Dietas terapéuticas y minuta de servicio

ASISTENTES: David Esteban Perdomo Sossa – Nutricionista
Personas Mayores (Planilla de asistencia)

ORDEN DEL DÍA:

1. Objetivo
2. Introducción a la actividad
3. Desarrollo del tema
4. Materiales a utilizar

DESARROLLO:

1. Objetivo

El objetivo de esta actividad es concienciar a las personas mayores beneficiarias de la comunidad de cuidado sobre la importancia de adoptar hábitos alimenticios saludables para mejorar su calidad de vida y bienestar general.

2. Introducción a la actividad

El día 25 de junio de 2024 en el salón múltiple de la comunidad de cuidado se llevó a cabo una actividad educativa dirigida a las personas mayores beneficiarias, centrada en la importancia de la alimentación saludable y el conocimiento de la minuta de servicio. La actividad tuvo como objetivo principal informar y concientizar a los participantes sobre la relevancia de adoptar hábitos alimenticios adecuados para mejorar su calidad de vida y bienestar general.

La sesión comenzó con la proyección de un video educativo que destacó los beneficios de una alimentación equilibrada y los riesgos asociados con una dieta poco saludable en la etapa de la vida adulta mayor, donde se buscó informar, motivar y empoderar a los participantes para que tomen decisiones conscientes respecto a su alimentación, promoviendo así un envejecimiento activo y saludable.

Posteriormente, se facilitó un espacio de diálogo y aprendizaje donde se explicaron en detalle los componentes de la minuta de servicio, así como las diferentes variaciones y acuerdos de servicio relacionados con la nutrición y la salubridad.

En este espacio, además, se recogieron los puntos principales abordados durante la actividad, así como los acuerdos y compromisos establecidos entre los participantes y el equipo encargado del componente de nutrición y salubridad.

3. Desarrollo del tema

La dietoterapia en personas mayores es una disciplina especializada que se centra en el diseño de planes de alimentación específicos para satisfacer las necesidades nutricionales únicas de esta población. Con el envejecimiento, el cuerpo experimenta cambios fisiológicos que pueden afectar la ingesta de alimentos, la absorción de nutrientes y el metabolismo. Por lo tanto, la dietoterapia en personas mayores se enfoca en abordar estos cambios para promover la salud y el bienestar a través de la nutrición adecuada.

Las dietas para personas mayores consideran factores como la disminución del apetito, la pérdida de masa muscular, la fragilidad, las enfermedades crónicas y los medicamentos en su enfoque terapéutico. Sus planes de alimentación se diseñan para proporcionar los nutrientes necesarios para mantener la función física y cognitiva, promover la salud ósea, apoyar el

sistema inmunológico y prevenir enfermedades relacionadas con la edad. Además, la dietoterapia en personas mayores no solo se centra en aspectos nutricionales, sino también en la promoción de hábitos alimenticios saludables y la adaptación de la dieta a las preferencias individuales y las limitaciones médicas. En resumen, la dietoterapia en personas mayores desempeña un papel crucial en mejorar la calidad de vida y la longevidad al proporcionar una base nutricional sólida para abordar los desafíos asociados con el envejecimiento.

La dietoterapia en personas mayores se focaliza en abordar las necesidades nutricionales específicas de esta población, teniendo en cuenta los cambios fisiológicos asociados con el

envejecimiento. Se procura que los nutricionistas diseñen planes de alimentación que se adaptan a las particularidades de cada individuo, considerando factores como la disminución del apetito, la pérdida de masa muscular y la prevalencia de enfermedades crónicas. Estos planes nutricionales están dirigidos a garantizar un aporte adecuado de nutrientes esenciales para mantener la salud física y mental, promover la autonomía y la calidad de vida, así como prevenir y gestionar enfermedades comunes en esta etapa de la vida.

La minuta juega un papel fundamental en la vida de las personas mayores al proporcionar una guía estructurada para una alimentación saludable y equilibrada. En esta etapa de la vida, donde los cambios fisiológicos y metabólicos son más evidentes, una minuta bien diseñada puede asegurar un adecuado aporte de nutrientes esenciales para mantener la salud y prevenir enfermedades. Además, la minuta alimentaria puede ayudar a abordar problemas específicos asociados con el envejecimiento, como la pérdida de masa muscular, la fragilidad ósea y la disminución de la función cognitiva, al incluir alimentos ricos en proteínas, calcio, vitaminas y antioxidantes. Asimismo, una minuta adecuada puede contribuir a mejorar la calidad de vida al promover la independencia, la energía y el bienestar general en las personas mayores, permitiéndoles disfrutar de una vida activa y saludable.

4. Materiales a utilizar

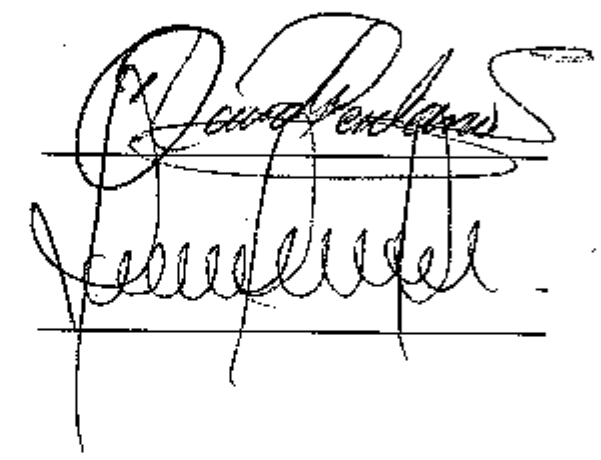
- Espacio para la discusión grupal.
- Computadora para reproducir el video https://www.youtube.com/watch?v=1GGpHkFgX44
- Proyector o pantalla para reproducir videos.

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
No se generaron compromisos	No aplica	No aplica

CONVOCATORIA. Se propone una nueva reunión para el mes de julio de 2024.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
David Esteban Perdomo	Nutricionista	CC de Cuidado Hogar Casa Nostra	
Adriana Amortegui	Coordinadora	CC de Cuidado Hogar Casa Nostra	

Anexos: **Listado de asistencia, registro fotográfico.**

Elaboró: David Esteban Perdomo Sossa - Nutricionista

Fundación Instituto Tecnológico del Sur
Centro Comunidad de Cuidado Casa Nostra

Bogotá, 25 de junio de 2024
Lugar: Centro Comunidad de Cuidado Hogar Casa Nostra
Convenio: 8145 de 2024
Profesional: David Esteban Perdomo Sossa – Nutricionista

Registro Fotográfico de Inducción y Reinducción





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 : 25/06/2024	POBLACION OBJETO: PERSONAS MAYORES	SERVICIO SOCIAL: COMUNIDAD DE CUIDADO
TEMA: ACTIVIDAD IEC: DIETAS TERAPÉUTICAS Y MINUTA DE SERVICIO	No. PERSONAS CAPACITADAS: 12	TOTAL HORAS: 1 HORA
PROFESIONAL RESPONSABLE: DAVID ESTEBAN PERDOMO	PROFESIÓN Y DEPENDENCIA: NUTRICIONISTA	

No	LOCALIDAD	TIPO DOCUMENTO	NÚMERO DOCUMENTO	NOMBRE 1	NOMBRE 2	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	EDAD	SEXO		FIRMA
									F	M	
1	TUNJUELITO	CC	5811606	LIBARDO		OORTEGÓN	GUTIERREZ	71		X	
2	TUNJUELITO	CC	7505683	FERNANDO		ARIAS	POLIFRONI	85		X	
3	TUNJUELITO	CC	79806871	JOSE	ARBO	ARANGO	MANRIQUE	77		X	
4	TUNJUELITO	CC	17162563	MARÍA	ANTONIA	PULIDO		77	X		No Firma
5	TUNJUELITO	CC	12796338	DELIA		PRADO	PIZO	73	X		No Firma
6	TUNJUELITO	CC	42061041	RUBIELA		ZAPATA	LÓPEZ	62	X		No Firma
7	TUNJUELITO	CC	17013253	MARÍA	GENIS	MUÑOZ		76	X		No Firma
8	TUNJUELITO	CC	3049804	MARÍA	ARGENIS	GUTIERREZ	SARMIENTO	85	X		No Firma
9	TUNJUELITO	CC	53905456	MARÍA	LEONILDE	ZAMBRANO	DE ARIZA	80	X		No Firma
10	TUNJUELITO	CC	17137073	ANA	BEATRIZ	PINZON		77	X		No Firma
11	TUNJUELITO	CC	28706369	MARTINIANA	SOTO	TORRES		63	X		No Firma
12	TUNJUELITO	CC	20490834	ANA	GLADYS	LEÓN	BUSTOS	66	X		No Firma
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											
22											
23											
24											
25											
26											
27											
28											
29											
30											

"Tratamiento de datos personales. Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual, es un deber y un compromiso de los participantes 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 Decreto 1377 de 2013"