INFORME FINAL DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (SEGURIDAD ALIMENTARIA) DE LA DIRECCIÓN LOCAL DE SALUD DE ZARZAL VALLE

HOSPITAL DEPARTAMENTAL SAN ANTONIO E.S.E DE ROLDANILLO VALLE
ALCALDÍA DE ZARZAL VALLE

DICIEMBRE DE 2024

Tabla de contenido

1.INTRODUCCIÓN……4
2.JUSTIFICACIÓN……4
3.OBJETIVOS……5
3.1 General……5
3.2 Específicos……5
4. DIMENSIONES……6
4.1 Dimensión seguridad alimentaria……6-8
5. EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES……6
5.1 Actividades ejecutadas en el mes de diciembre……6-21
6. SOPORTES FOTOGRÁFICOS……22
6.1 Charlas sobre manipulación de alimentos……22- 37
6.2 Ciclos educativos enfocados a la prevención de trastornos de la alimentación para la infancia y adolescencia……38- 47
6.3 Capacitaciones de alimentación saludable a madres, padres y cuidadores……48- 62
6.4 Promoción huertas caseras……63- 92
6.5 Formación en producción de alimentos a nivel hogareño y comunitario: capacitación en técnicas de agricultura urbana, huertas comunitarias y compostaje para fomentar la autosuficiencia alimentaria. promoción del uso de productos locales y sostenibles para una alimentación más saludable y ecológica……93- 107
6.6 Talleres de cocina saludable y nutritiva: clases prácticas de cocina donde se enseñan recetas saludables, económicas y basadas en ingredientes locales. enfoque en la reducción del desperdicio de alimentos y el aprovechamiento integral de los mismos……108- 122
6.7 Actividades físicas y deportivas en parques y centros comunitarios para promover estilos de vida saludable……123- 132
6.8 Educación en lactancia materna a gestantes. talleres sobre alimentación balanceada y nutrición adecuada – educación en nutrición infantil y materna: formación dirigida a madres y cuidadores sobre la importancia de la nutrición en los primeros 1000 días de vida. estrategias para mejorar la alimentación infantil y prevenir la malnutrición en niños y niñas en la zona urbana y rural del municipio de Zarzal Valle del Cauca……133- 147
7. CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN……148
7.1 Charlas sobre manipulación de alimentos……148
7.2 Ciclos educativos enfocados a la prevención de trastornos de la alimentación para la infancia y adolescencia……149
7.3 Capacitaciones de alimentación saludable a madres, padres y cuidadores……150
7.4 Promoción huertas caseras……151
7.5 Formación en producción de alimentos a nivel hogareño y comunitario: capacitación en técnicas de agricultura urbana, huertas comunitarias y compostaje para fomentar la autosuficiencia alimentaria. promoción del uso de productos locales y sostenibles para una alimentación más saludable y ecológica……152

7.6 Talleres de cocina saludable y nutritiva: clases prácticas de cocina donde se enseñan recetas saludables, económicas y basadas en ingredientes locales. enfoque en la reducción del desperdicio de alimentos y el aprovechamiento integral de los mismos.……153
7.7 Actividades físicas y deportivas en parques y centros comunitarios para promover estilos de vida saludable.……154
7.8 Educación en lactancia materna a gestantes. talleres sobre alimentación balanceada y nutrición adecuada – educación en nutrición infantil y materna: formación dirigida a madres y cuidadores sobre la importancia de la nutrición en los primeros 1000 días de vida. estrategias para mejorar la alimentación infantil y prevenir la malnutrición en niños y niñas en la zona urbana y rural del municipio de Zarzal Valle del Cauca……155
8. CUMPLIMIENTO DE ACTIVIDADES……..156- 159
9. CONCLUSIONES……159
10. ANEXOS……159

INFORME CONSOLIDADO DE ACTIVIDADES

Objeto del contrato: Servicios profesionales de acompañamiento a la Dirección Local de Salud del municipio de Zarzal Valle del Cauca, en el desarrollo de actividades del Plan de Intervenciones Colectivas en las dimensiones de salud ambiental, seguridad alimentaria y nutricional, salud y ámbito laboral para el año 2024 en el marco del Plan Territorial de Salud 2024-2027
CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS: No.130.21.04-398 DE 2024
POBLACIÓN OBJETO: Población urbana y rural
ENTORNO: Institucional y comunitario

1. INTRODUCCIÓN

Con el fin de promover una alimentación saludable y sostenible, el municipio de Zarzal, Valle del Cauca, ha desarrollado un conjunto de actividades enmarcadas en el Plan Territorial de Salud 2024-2027. A través de talleres, capacitaciones y proyectos comunitarios, se ha involucrado activamente a la población en la mejora de sus prácticas alimentarias. En este informe, presentaremos los resultados obtenidos en el área de seguridad alimentaria, donde se han implementado diversas estrategias para fomentar el consumo de alimentos frescos y nutritivos.

Es presente informe pretende exteriorizar las actividades ejecutadas desde la dimensión de seguridad alimentaria, la cual se enfocó en realizar intervenciones sobre manipulación de alimentos, huertas caseras, talleres de cocina saludable, trastornos de la conducta alimentaria, talleres de compostaje, entre otros.

2. JUSTIFICACIÓN

El municipio de Zarzal, Valle del Cauca, se enfrenta a desafíos en salud pública es crítica y requiere una respuesta inmediata. La atención a la población son prioridades urgentes. La implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2024-2027 es fundamental para revertir esta situación y garantizar el bienestar de la comunidad.

La seguridad alimentaria emerge como un desafío prioritario, ya que una población bien alimentada es más resistente a las enfermedades y tiene una mejor calidad de vida. El Plan de Intervenciones Colectivas 2024-2027, a través de iniciativas como la creación de huertos urbanos y la promoción de hábitos alimenticios saludables, busca garantizar el acceso a alimentos nutritivos para todos los habitantes. Con el compromiso de los organizadores comunitarios y la colaboración de diferentes actores sociales, podemos construir un Zarzal más sano y sostenible.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo General

Promover diversas actividades enfocadas en la dimensión de seguridad alimentaria con el fin de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de la población zarzaleña.

3.2Objetivos Específicos

- Ejecutar actividades sobre la dimensión seguridad alimentaria en la zona rural y urbana.
- Desarrollar acciones preventivas focalizadas en la atención a la población zarzaleña.

4. DIMENSIONES

De acuerdo con reunión técnica realizada con el equipo del PIC de la dirección local de salud del municipio de Zarzal Valle se definieron las características técnicas de cada actividad y los productos / entregables esperados y que se constituyen en el objeto de desarrollo del presente informe de ejecución, como se describe a continuación.

4.1 Dimensión seguridad alimentaria

Propender por la seguridad alimentaria y nutricional SAN de la población a través de la implementación de estrategias educativas con el fin de asegurar la salud de las personas y el derecho de los consumidores			
ESTRATEGIAS	**ENTORNO**	**ACTIVIDADES**	**NÚMERO DE ACTIVIDADES**
Charlas sobre manipulación de alimentos	Comunitario	A través de un conversatorio se compartirán pautas para conocer el correcto manejo de los alimentos . Se realizarán una (2) jornadas en el corregimiento Vallejuelo, 1 jornadas en el corregimiento de Limones, 4 jornadas en el corregimiento de La Paila y 1 jornadas en el corregimiento de Quebradanueva y 8 en la cabecera municipal.	16
Ciclos educativos enfocados a la prevención de trastornos de la alimentación para la infancia y la adolescencia	Educativo	A través de apoyo informativo y educativo se darán a conocer los signos de alarma de trastornos alimenticios en la infancia y la adolescencia	10
Capacitaciones de alimentación saludable a madres, padres y cuidadores	Comunitario	Orientar a familias sobre cómo equilibrar la alimentación diaria con ejemplos prácticos y loncheras	15
Promoción de Huertas caseras.	Hogar	Indicar pautas para elaborar huertas en casa con ejercicios prácticos. Se realizarán 3 visitas a 10 familias.	30
Formación en Producción de Alimentos a Nivel Hogareño y Comunitario: Capacitación en técnicas de	Comunitario	Realizar talleres prácticos para promocionar hábitos de consumo de alimentos nutricionales, con el fin de promover la salud humana y	15

agricultura urbana, huertas comunitarias y compostaje para fomentar la autosuficiencia alimentaria. Promoción del uso de productos locales y sostenibles para una alimentación más saludable y ecológica.		preservar los ecosistemas. Se realizarán 2 jornadas en el corregimiento Vallejuelo, 1 jornadas en el corregimiento de Limones, 3 jornadas en el corregimiento de La Paila y 1 jornadas en el corregimiento de Quebradanueva y 8 en la cabecera municipal.	
Talleres de Cocina Saludable y Nutritiva: Clases prácticas de cocina donde se enseñan recetas saludables, económicas y basadas en ingredientes locales. Enfoque en la reducción del desperdicio de alimentos y el aprovechamiento integral de los mismos.	Comunitario	Realizar talleres prácticos para promocionar hábitos de consumo de alimentos nutricionales, con el fin de promover la salud humana y preservar los ecosistemas. Se realizarán 2 jornadas en el corregimiento Vallejuelo, 1 jornadas en el corregimiento de Limones, 3 jornadas en el corregimiento de La Paila y 1 jornadas en el corregimiento de Quebradanueva y 8 en la cabecera municipal.	15
Organizar actividades físicas y deportivas en parques y centros comunitarios para promover estilos de vida saludables.	Comunitario	Realizar actividades y deportivas en parques y centros comunitarios para promover estilos de vida saludable Se realizarán 1 jornadas en el corregimiento Vallejuelo, 1 jornadas en el corregimiento de Limones, 1 jornadas en el corregimiento de La Paila y 1 jornadas en el corregimiento de Quebradanueva y 6 en la cabecera municipal.	10
Educación en lactancia materna a gestantes _Talleres sobre Alimentación Balanceada y Nutrición Adecuada- Educación en Nutrición Infantil y Materna: Formación dirigida a madres y cuidadores sobre	Comunitario	Ciclos educativos que promueva la lactancia materna a través de 15 encuentros con las gestantes del municipio	15

la importancia de la nutrición en los primeros 1000 días de vida. Estrategias para mejorar la alimentación infantil y prevenir la malnutrición en niños y niñas.			

5. EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES

5.1 Actividades ejecutadas en el mes de diciembre

DIMENSIÓN SEGURIDAD ALIMENTARIA					
			Cumplimiento		
ESTRATEGIA	**ACTIVIDADES**	**EJECUCIÓN**	**No. Actividades Planteadas en el Desarrollo del Contrato**	**No. Actividades Realizadas con corte a la presentación de este informe**	**Porcentaje de Cumplimiento**
Información, educación y comunicación (Decreto 3518 de 2006): proceso de elaboración, presentación y divulgación de mensajes adecuados para destinatarios concretos, con el fin de mejorar los conocimientos, técnicas y motivación necesarios para adoptar decisiones que mejoren la calidad e	ACTIVIDAD #1. Charlas sobre manipulación de alimentos	Durante el mes de diciembre del presente año de acuerdo a lo planteado en el cronograma de trabajo para el desarrollo de esta actividad, se realizaron 16 charlas sobre manipulación de alimentos: 10 Zarzal, 2 Vallejuelo, 2 La Paila, 1 Limones, 1 Quebradanueva. Las charlas sobre manipulación de alimentos son fundamentales para garantizar la seguridad alimentaria y prevenir enfermedades transmitidas por alimentos. Estas capacitaciones brindan conocimientos esenciales a quienes trabajan en la preparación y servicio de alimentos.	16	16	100%

inocuidad de los alimentos.		**Cumplimiento de la actividad 100% de esta actividad** Anexos: : Acta de Reunión: Acta #1 _manipulaciondealimentos_JCG Acta#2_manipulaciondealimentos_JCG Acta #3 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #4 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #5 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #6 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #7 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #8 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #9 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #10 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #11_manipulaciondealimentos_JCG			

		Acta #12 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #13 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #14 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #15 _manipulaciondealimentos_JCG Acta #16 _manipulaciondealimentos_JCG			
	ACTIVIDAD #2. Ciclos educativos enfocados a la prevención de trastornos de la alimentación para la infancia y la adolescencia.	Se realizaron en el mes de diciembre 10 ciclos educativos en la cabecera municipal en las instituciones educativas como Normal Superior Nuestra Señora de las Mercedes, Simón Bolívar, padres de familia de los niños y jóvenes de la banda marcial. Esto se logró por el apoyo de los rectores de ambas instituciones educativas quienes mostraron interés y apoyo para ejecutar las actividades con sus estudiantes. La prevención de los trastornos de la alimentación requiere un enfoque integral que involucre a la familia, la escuela, los profesionales de la salud y la comunidad en general. Estos ciclos educativos son un primer paso fundamental, pero es necesario continuar trabajando en la creación de	10	10	100%

		entornos saludables y libres de presiones estéticas, donde los jóvenes se sientan valorados por lo que son y no por su apariencia física. **Cumplimiento de la actividad 100% de esta actividad** Anexos: : Acta de Reunión: Acta #1 _ trastornosalimenticios_ JCG Acta #2 _ trastornosalimenticios_ JCG Acta #3 _ trastornosalimenticios_ JCG Acta #4 _ trastornosalimenticios_ JCG Acta #5 _ trastornosalimenticios_ JCG Acta #6 _ trastornosalimenticios_ JCG Acta #7 _ trastornosalimenticios_ JCG Acta#8 _ trastornosalimenticios_JCG Acta #9 _ trastornosalimenticios_ JCG Acta #10 _ trastornosalimenticios_ JCG			
	ACTIVIDAD #3. Capacitaciones de alimentación	En el mes de diciembre se ejecutaron las capacitaciones de alimentación saludable a madres, padres y cuidadores de la siguiente manera:	15	15	100%

	saludable a madres, padres y cuidadores	8 Zarzal, 2 Vallejuelo, 2 Limones, 2 La Paila, 1 Quebradanueva. Lo anterior, evidencia el cumplimiento total de las actividades planteadas. Estas capacitaciones se enfocaron en brindar herramientas y recetas para que en casa los padres de familia y cuidadores elaboren recetas equilibradas y así poder promocionar hábitos alimentarios saludables desde temprana edad. **Cumplimiento de la actividad 100% de esta actividad** Anexos: Acta de Reunión: Acta #1 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #2 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #3 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #4 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #5 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #6 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #7 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #8 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #9 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #10 _ alimentacionsaludable_JCG			

		Acta #11_ alimentacionsaludable_JCG Acta #12 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #13 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #14 _ alimentacionsaludable_JCG Acta #15 _ alimentacionsaludable_JCG			
	ACTIVIDAD #4. Promoción de Huertas caseras	Durante el mes de diciembre del presente año de acuerdo a lo planteado en el cronograma de trabajo para el desarrollo de esta actividad, se realizaron 30 actividades de promoción de huertas caseras las cuales se ejecutaron en su totalidad en la cabecera municipal con familias, de la siguiente manera: Se realizaron tres visitas, en la primera se enfocó en explicar el aspecto teórico y posterior hacer la siembra de las semillas de cilantro y cebolla. En la segunda y tercera se realizó el seguimiento del proceso y hacer acompañamiento a las 10 familias. **Cumplimiento de la actividad 100% de esta actividad** Anexos: Acta de Reunión: Acta #1 _ huertascasera_JCG	30	30	100%

		Acta #2 _ huertascasera_JCG Acta #3 _ huertascasera_JCG Acta #4 _ huertascasera_JCG Acta #5 _ huertascasera_JCG Acta #6 _ huertascasera_JCG Acta #7 _ huertascasera_JCG Acta #8 _ huertascasera_JCG Acta #9 _ huertascasera_JCG Acta #10 _ huertascasera_JCG Acta #11 _ huertascasera_JCG Acta #12 _ huertascasera_JCG Acta #13 _ huertascasera_JCG Acta #14 _ huertascasera_JCG Acta #15 _ huertascasera_JCG Acta #16 _ huertascasera_JCG Acta #17 _ huertascasera_JCG Acta #18_ huertascasera_JCG Acta #19 _ huertascasera_JCG Acta #20_ huertascasera_JCG Acta #21 _ huertascasera_JCG Acta #22 _ huertascasera_JCG			

		Acta #23 _ huertascasera_JCG Acta #24 _ huertascasera_JCG Acta #25 _ huertascasera_JCG Acta #26 _ huertascasera_JCG Acta #27 _ huertascasera_JCG Acta #28 _ huertascasera_JCG Acta #29_ huertascasera_JCG Acta #30 _ huertascasera_JCG			
	ACTIVIDAD #5. Formación en Producción de Alimentos a Nivel Hogareño y Comunitario: Capacitación en técnicas de agricultura urbana, huertas comunitarias y compostaje para fomentar la	Durante el mes de diciembre del presente año se realizaron 15 actividades de formación en producción de alimentos a nivel hogareño y comunitario, las cuales se ejecutaron en su totalidad en la cabecera municipal. Es importante mencionar que en el anexo técnico ese número de actividades se deben también ejecutar con la zona rural pero a pesar de realizar la gestión para hacerlo, no obtuvimos una respuesta oportuna por parte de la comunidad. Por ende, se optó por hacerlo en la zona urbana con instituciones educativas y hogares infantiles. Dicha actividad se ejecutó con ayuda audiovisual, viendo un video donde se enseña cómo plantar, que se necesita para plantar, que	15	15	100%

	autosuficiencia alimentaria. Promoción del uso de productos locales y sostenibles para una alimentación más saludable y ecológica	necesita la semilla para germinar y como se cuida la planta. Luego en el patio los niños se sientan y a cada uno de ellos se les da un vaso con tierra ya preparada para sembrar y la semilla de cilantro. Ellos cubren la semilla con una capa de tierra. Los vasos se dejan en un lugar cerrado, se le echa agua y se marcan los vasos con el nombre de los niños. **Cumplimiento de la actividad 100% de esta actividad** Anexos: : Acta de Reunión: Acta #1 _ formacionalimentos _JCG Acta #2 _ formacionalimentos _JCG Acta #3 _ formacionalimentos _JCG Acta #4 _ formacionalimentos _JCG Acta #5 _ formacionalimentos _JCG Acta #6 _ formacionalimentos _JCG Acta #7 _ formacionalimentos _JCG Acta #8 _ formacionalimentos _JCG Acta #9 _ formacionalimentos _JCG Acta #10 _ formacionalimentos _JCG Acta #11_ formacionalimentos _JCG			

		Acta #12 _ formacionalimentos _JCG Acta #13 _ formacionalimentos _JCG Acta #14 _ formacionalimentos _JCG Acta #15 _ formacionalimentos _JCG			
	ACTIVIDAD #6. Talleres de Cocina Saludable y Nutritiva: Clases prácticas de cocina donde se enseñan recetas saludables, económicas y basadas en ingredientes locales. Enfoque en la reducción del desperdicio de alimentos y el aprovechamiento integral de los mismos.	En diciembre se llevaron a cabo 15 talleres de cocina saludable y nutritiva en la cabecera municipal. Aunque estaba planificado realizar actividades similares en la zona rural, debido a la falta de respuesta de la comunidad, se optó por concentrar los esfuerzos en hogares infantiles de la zona urbana. Los niños y docentes de los hogares infantiles del municipio participaron activamente en talleres de cocina saludable. Se elaboró un nutritivo batido de banano, resaltando sus beneficios para la salud y la digestión. Además, se exploró una actividad práctica y educativa: el reutilizar las cáscaras de banano como abono para cultivar plantas. **Cumplimiento de la actividad 100% de esta actividad** Anexos: : Acta de Reunión: Acta #1 _ tallerescocina_JCG Acta #2 _ tallerescocina_JCG	15	15	100%

		Acta #3 _ tallerescocina_JCG Acta #4 _ tallerescocina_JCG Acta #5 _ tallerescocina_JCG Acta #6 _ tallerescocina_JCG Acta #7 _ tallerescocina_JCG Acta #8 _ tallerescocina_JCG Acta #9 _ tallerescocina_JCG Acta #10 _ tallerescocina_JCG Acta #11_ tallerescocina_JCG Acta #12 _ tallerescocina_JCG Acta #13_ tallerescocina_JCG Acta #14_ tallerescocina_JCG Acta #15 _ tallerescocina_JCG			
	ACTIVIDAD #7. Organizar actividades físicas y deportivas en parques y centros comunitarios para promover estilos de vida saludables	Se realizaron en el mes de diciembre 10 actividades físicas y deportivas, las cuales se enfocaron en la zona rural y urbana del municipio de la siguiente manera: 7 Zarzal, 1 Limones, 1 Quebradanueva, 1 Vallejuelo. Esto se ejecutó dando una charla sobre la importancia de hacer actividades físicas, posterior, se hace un ejercicio práctico y por último se rifan unos termos y toallas a los asistentes.	10	10	100%

		Se contó con la asistencia de los grupos deportivos, padres de familia de instituciones educativas, estudiantes. **Cumplimiento de la actividad 100% de esta actividad** Anexos: Acta de Reunión: Acta #1 _ actividadesfisicas_JCG Acta #2 _ actividadesfisicas_JCG Acta #3 _ actividadesfisicas_JCG Acta #4 _ actividadesfisicas_JCG Acta #5 _ actividadesfisicas_JCG Acta #6 _ actividadesfisicas_JCG Acta #7 _ actividadesfisicas_JCG Acta #8 _ actividadesfisicas_JCG Acta #9 _ actividadesfisicas_JCG Acta #10 _ actividadesfisicas_JCG			
	ACTIVIDAD #8. Educación en lactancia materna a gestantes _Talleres sobre Alimentación	Se ejecutaron 15 actividades participativas que involucraron a mujeres gestantes y lactantes del municipio. A través de talleres interactivos y dinámicas grupales, las participantes adquirieron conocimientos sobre los beneficios de la lactancia materna, técnicas de amamantamiento y	15	15	100%

	Balanceada y Nutrición Adecuada - Educación en Nutrición Infantil y Materna: Formación dirigida a madres y cuidadores sobre la importancia de la nutrición en los primeros 1000 días de vida. Estrategias para mejorar la alimentación infantil y prevenir la malnutrición en niños y niñas	resolución de problemas comunes. Además, se brindó un espacio seguro para compartir experiencias y dudas, esto se realizó de la siguiente manera: 13 Zarzal, 1 Vallejuelo, 1 La Paila. El taller se inició hablando de la importancia de la leche materna en los primeros mil días de vida desde el inicio de la vida, los niños y niñas necesitan de un producto natural, versátil y fundamental en su vida: la leche materna. Es la única que contiene los micronutrientes esenciales para el desarrollo y crecimiento adecuado del bebé. La leche materna cuenta con todos los nutrientes, vitaminas y minerales que necesita un bebé. Es una práctica con ventajas a corto, mediano y largo plazo en la salud de los niños, las mujeres y las comunidades, así como en el capital social, la economía y el medio ambiente. Implementar estrategias para mejorar la alimentación infantil y prevenir la malnutrición, es fundamental para el desarrollo saludable de los niños. Fomentar actividades físicas como			

		correr, jugar al aire libre o practicar algún deporte. **Cumplimiento de la actividad 100% de esta actividad** Anexos: Acta de Reunión: Acta #1 _ educacionlactancia_JCG Acta #2 _ educacionlactancia_JCG Acta #3 _ educacionlactancia_JCG Acta #4 _ educacionlactancia_JCG Acta #5 _ educacionlactancia_JCG Acta #6 _ educacionlactancia_JCG Acta #7 _ educacionlactancia_JCG Acta #8 _ educacionlactancia_JCG Acta #9 _ educacionlactancia_JCG Acta #10 _ educacionlactancia_JCG Acta #11 _ educacionlactancia_JCG Acta #12_ educacionlactancia_JCG Acta #13_ educacionlactancia_JCG Acta #14_ educacionlactancia_JCG Acta #15_ educacionlactancia_JCG			

6.SOPORTES FOTOGRÁFICOS

6.1 Charlas sobre manipulación de alimentos



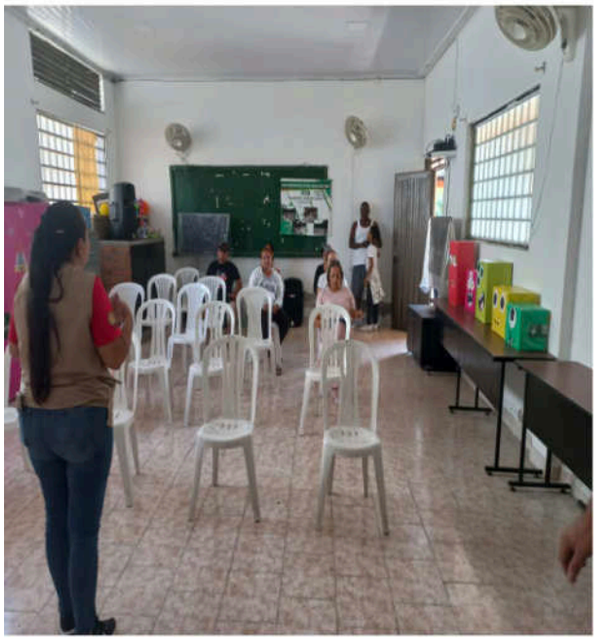






Fecha: 9 diciembre 2024

Lugar: Zarzal
Hora: 10:20 a.m.
Participantes: 12









Fecha: 9 diciembre 2024
Lugar: Zarzal

Hora: 4:00 p.m.
Participantes:11









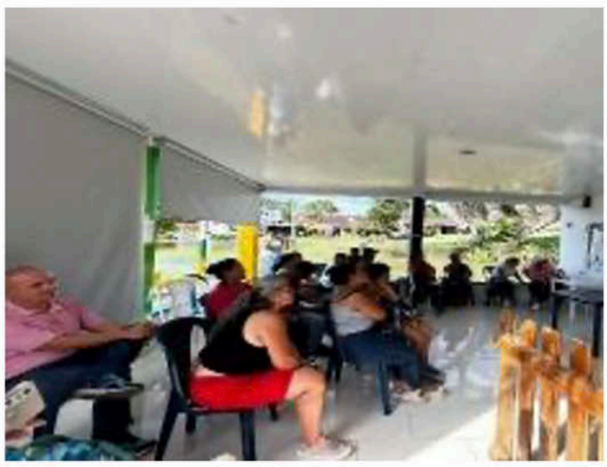
Fecha: 10 diciembre 2024
Hora: 8:00 a.m.
Lugar: Vallejuelo

Asistentes: 11









Fecha: 10 diciembre 2024
Lugar: Vallejuelo
Hora: 9:40 p.m.
Asistentes: 17









Fecha: 10 diciembre 2024

Lugar: Quebradanueva
Hora: 10:40 a.m.
Asistentes: 11









Fecha: 10 diciembre 2024
Lugar: Limones
Hora: 11:30 a.m.
Asistentes: 19









Fecha: 10 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 1:30 p.m.
Asistentes: 22

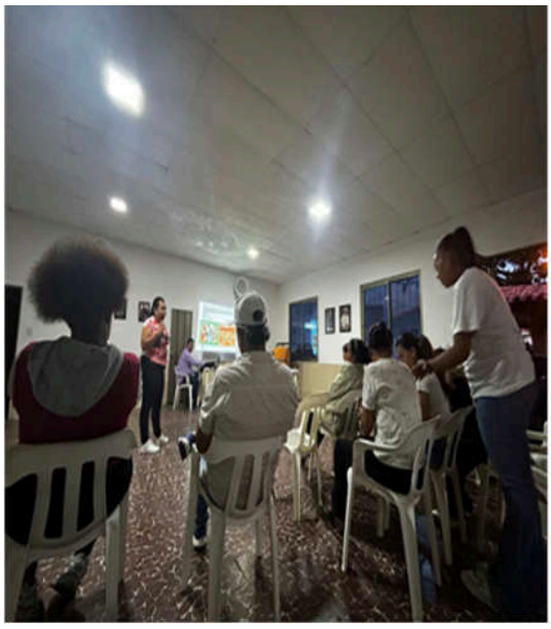


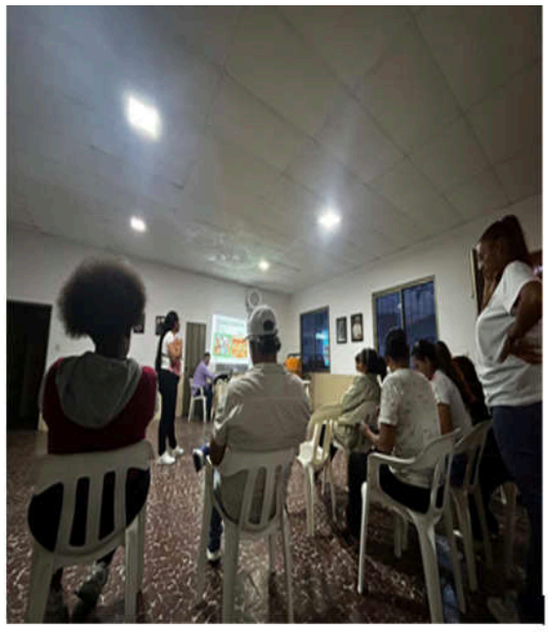






Fecha: 10 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:10 p.m.
Asistentes: 22









Fecha: 10 diciembre 2024
Lugar: La Paila
Hora: 3:20 p.m.
Asistentes: 11

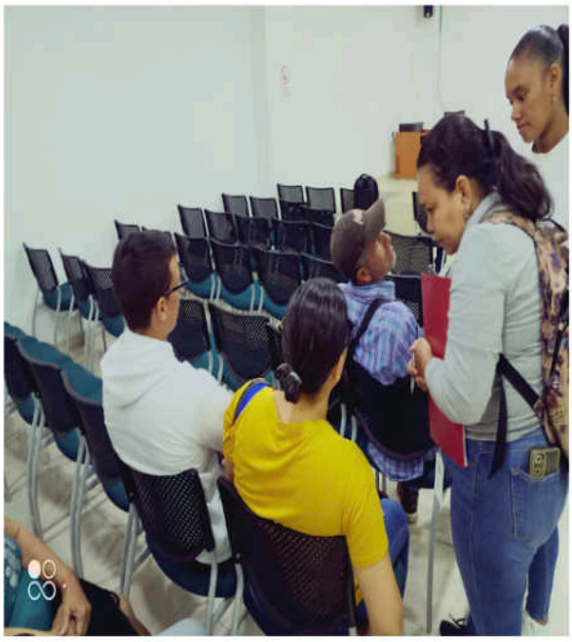





Fecha: 10 diciembre 2024
Lugar: La Paila
Hora: 4:10 p.m.
Asistentes: 11









Fecha: 11 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:00 p.m.
Asistentes: 11

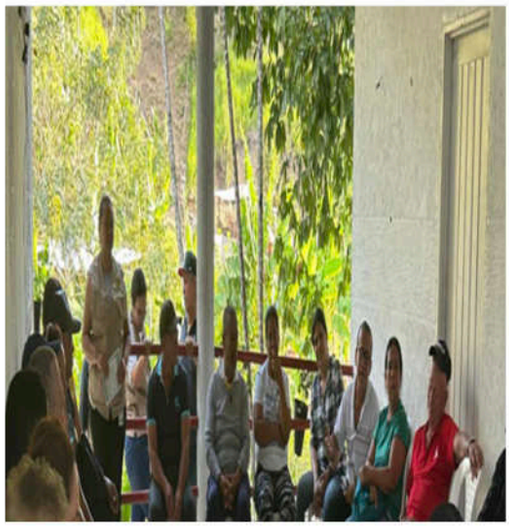








Fecha: 18 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 9:20 a.m.
Asistentes: 22









Fecha:13 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:00 p.m
Asistentes: 11









Fecha: 17 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 10:40 a.m.
Asistentes: 10









Fecha: 17 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:20 a.m.
Asistentes: 11



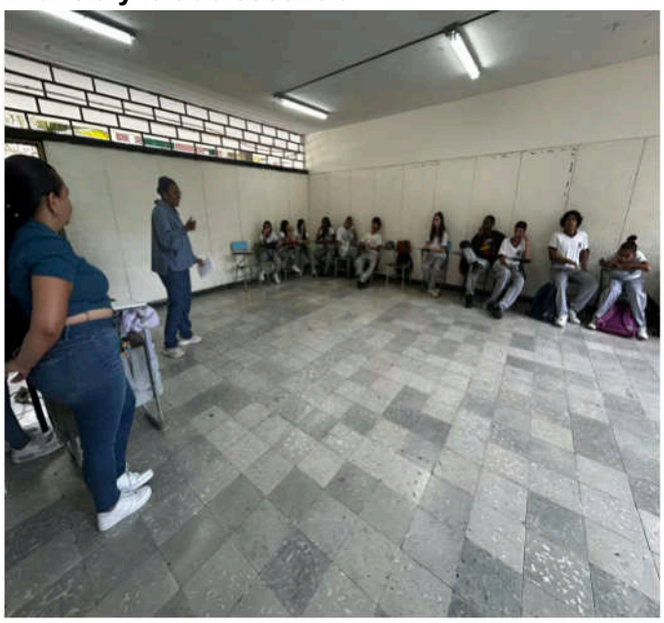


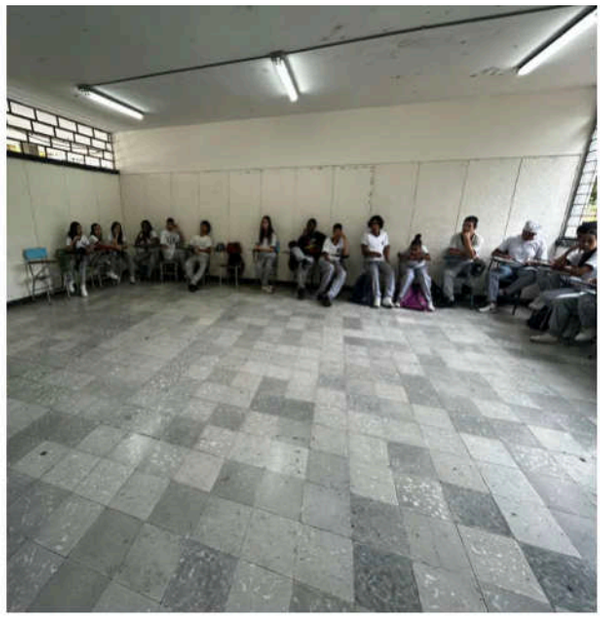




Fecha: 18 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 1:00 p.m.
Asistentes: 17

6.2 Ciclos educativos enfocados a la prevención de trastornos de la alimentación para la infancia y la adolescencia









Fecha: 6 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 7:00 a.m.
Asistentes: 25









Fecha: 6 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 7:40 a.m.
Asistentes: 25









Fecha: 6 diciembre 2024
Asistentes: 25
Hora: 8:20 a.m.
Lugar: Zarzal









Fecha: 6 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 10:20 a.m.
Asistentes: 39









Fecha:6 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:00 a.m.
Asistentes: 31

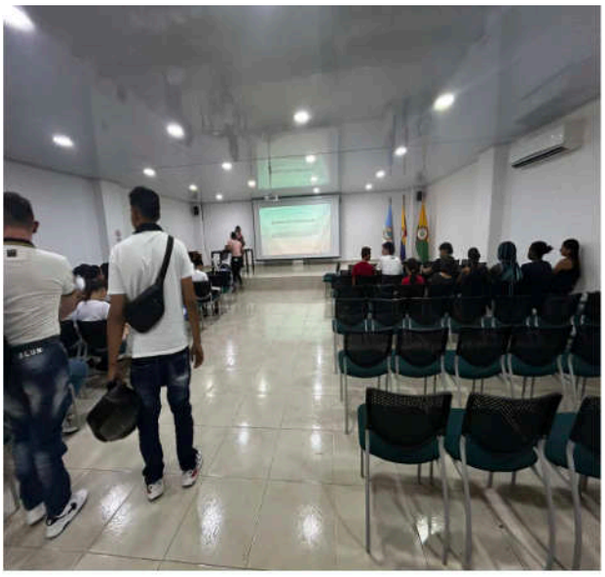


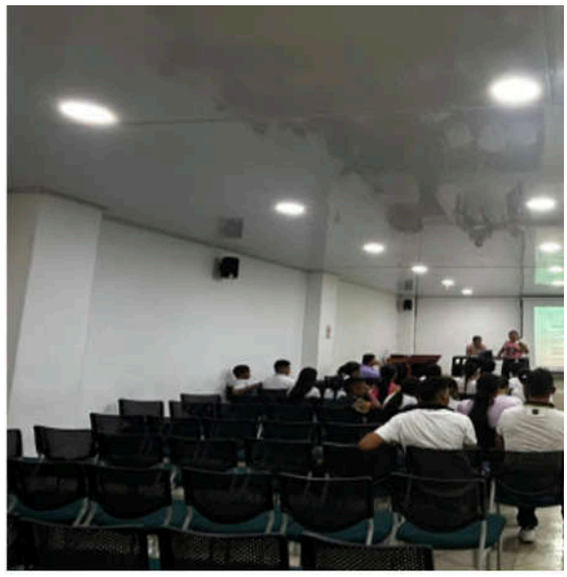






Fecha: 6 diciembre 2024
Hora: 11:40 a.m.
Lugar: Zarzal
Participantes: 31









Fecha: 6 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:00p.m
Asistentes: 11









Fecha: 9 diciembre 2024
Hora: 7:00 a.m.
Lugar: Zarzal
Asistentes: 31









Fecha: 9 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 7:40 a.m.
Asistentes: 31









Fecha: 9 diciembre 2024
Hora: 8:20 a.m.
Lugar: Zarzal
Asistentes: 31

6.3 Capacitaciones de alimentación saludable a madres, padres y cuidadores









Fecha: 6 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 12:30 pm
Asistentes: 26









Fecha: 6 diciembre 2024
Hora: 3:00p.m
Lugar: Zarzal
Asistentes: 11









Fecha: 6 diciembre 2024
Lugar: Limones
Hora: 4:00 p.m.
Asistentes: 14






Fecha: 6 diciembre 2024
Lugar: Limones
Hora: 4:40 p.m.
Asistentes: 11









Fecha: 10 diciembre 2024
Lugar: Vallejuelo
Hora: 8:40 a.m.
Asistentes: 11









Fecha: 10 diciembre 2024
Lugar: La Paila
Hora: 5:00p.m
Asistentes: 11









Fecha: 11 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 9:50 a.m.
Asistentes: 11



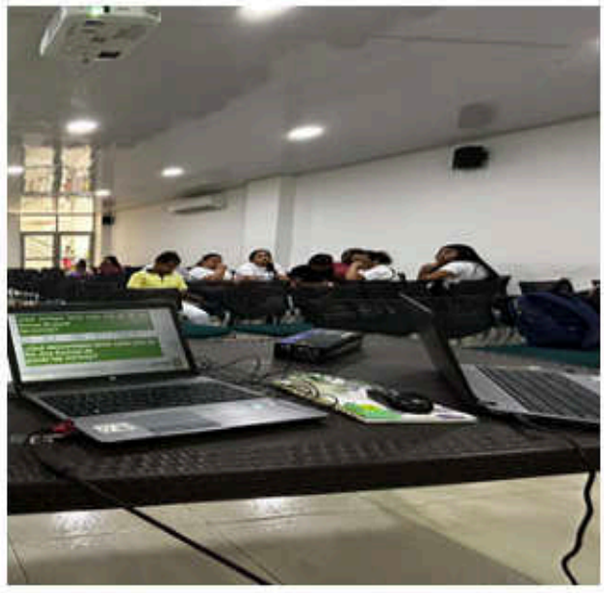


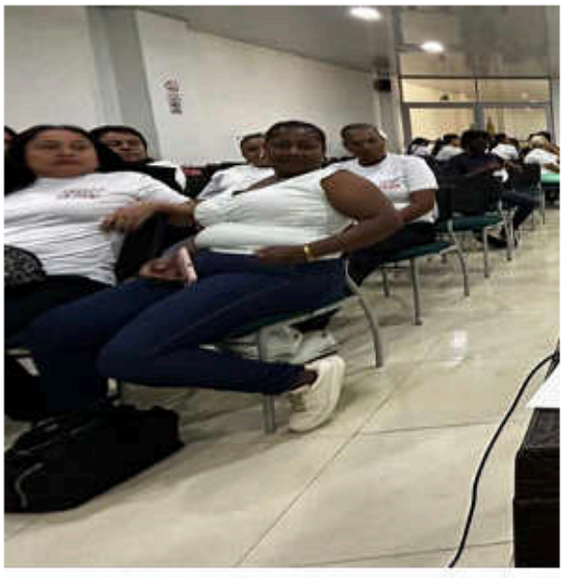




Fecha: 13 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:50 p.m.
Asistentes: 11









Fecha: 16 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:00 a.m.
Asistentes: 22









Fecha: 16 diciembre 2024
Lugar: Vallejuelo
Hora: 9:40 a.m.,
Asistentes: 30









Fecha: 16 diciembre 2024
Lugar: La Paila
Hora: 11:40 p.m.
Asistentes: 13









Fecha: 16 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:30 a.m.
Asistentes: 11









Fecha: 16 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:00 p.m.
Asistentes: 31









Fecha: 16 diciembre 2024
Lugar: Vallejuelo
Hora: 4:40 p.m.
Asistentes: 14







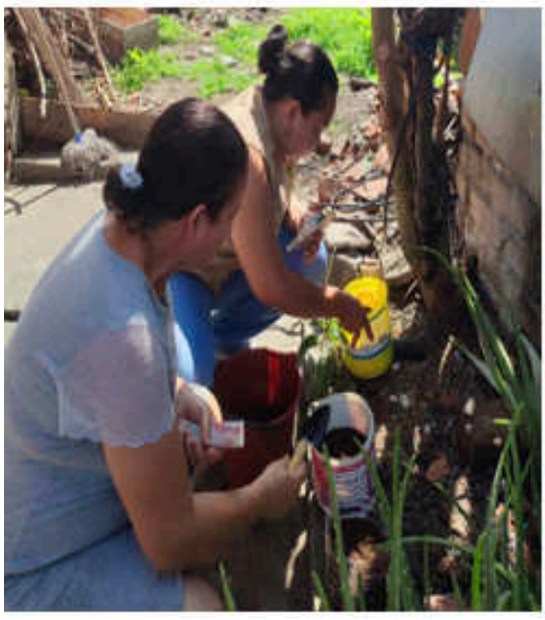


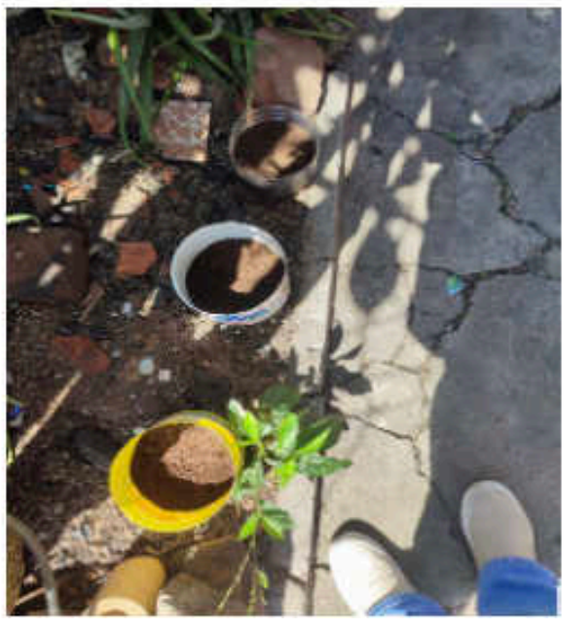
Fecha: 13 diciembre 2024
Lugar: Quebrada Nueva.
Hora: 10:00 p.m.
Asistentes: 10

6.4 Promoción de huertas caseras

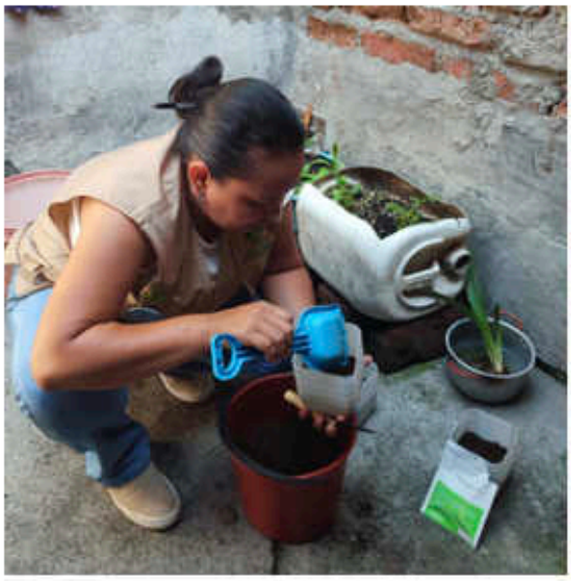






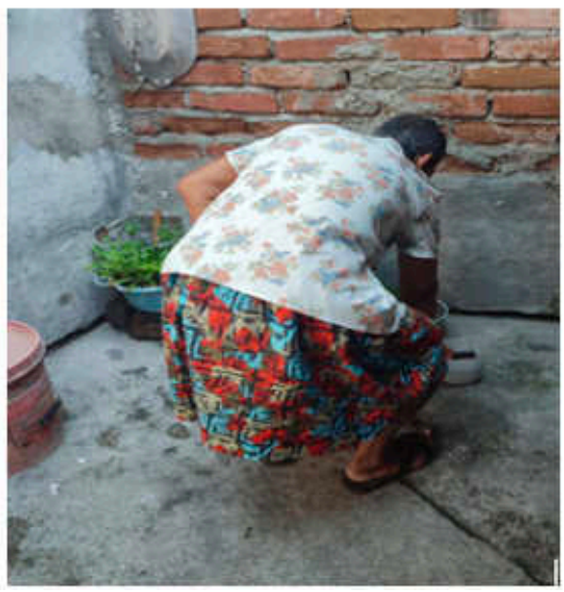


Primera intervención, familia 1
Fecha: 7 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:00 a.m.
Asistentes: 3



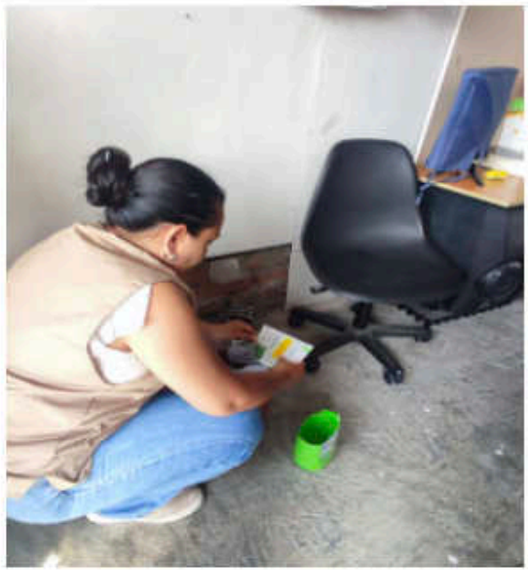


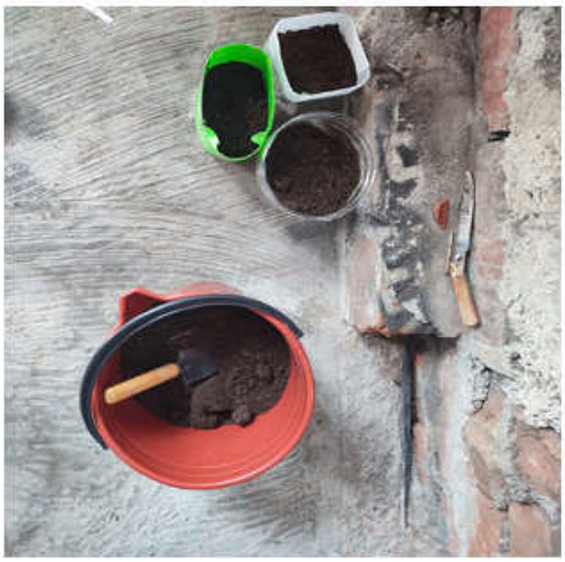


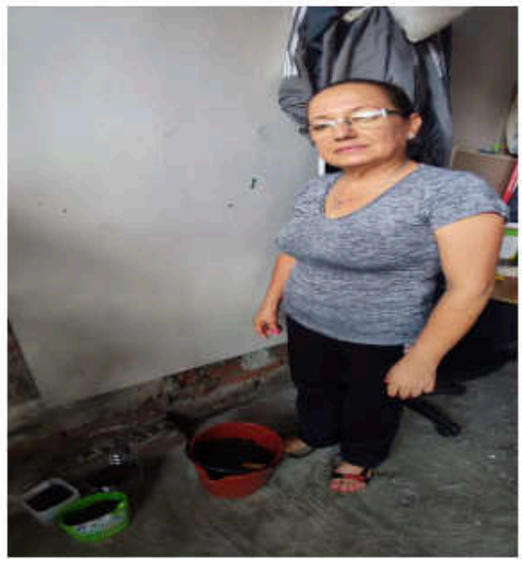


Primera intervención, familia 2
Fecha: 7 diciembre 2024
Lugar: Zarza
Hora: 8:40 a.m.
Asistentes: 3









Primera intervención, familia 3
Fecha: 9 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 9:20 a.m.
Asistentes: 2






Primera intervención, familia 4
Fecha: 7 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 10:00 a.m.
Asistentes: 4









Primera intervención, familia 5
Fecha: 7 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 10:40 a.m.
Asistentes: 2









Primera intervención, familia 6
Fecha: 7diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:20 p.m.
Asistentes: 1









Primera intervención, familia 7
Fecha: 7 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 12:00 p.m.
Asistentes: 2

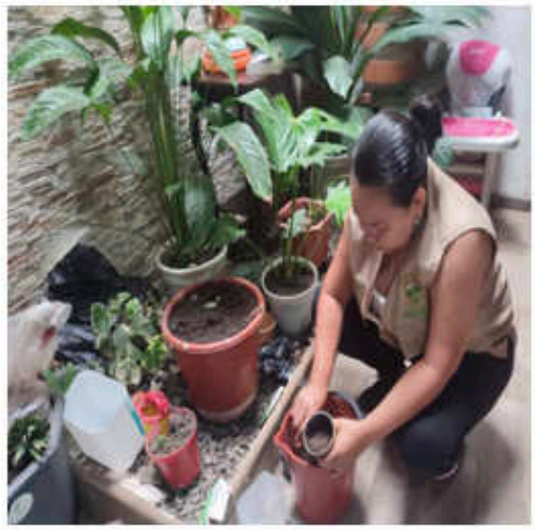


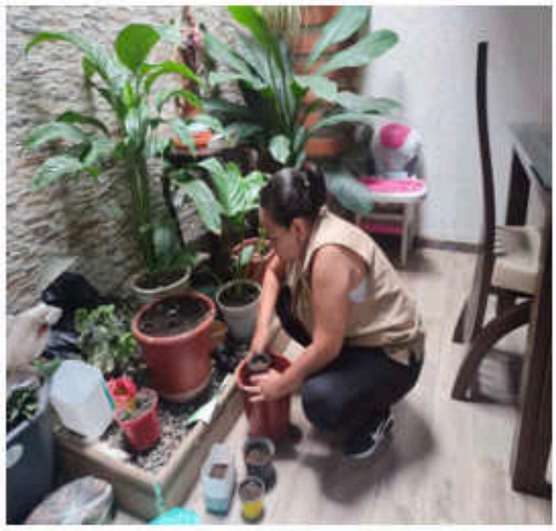


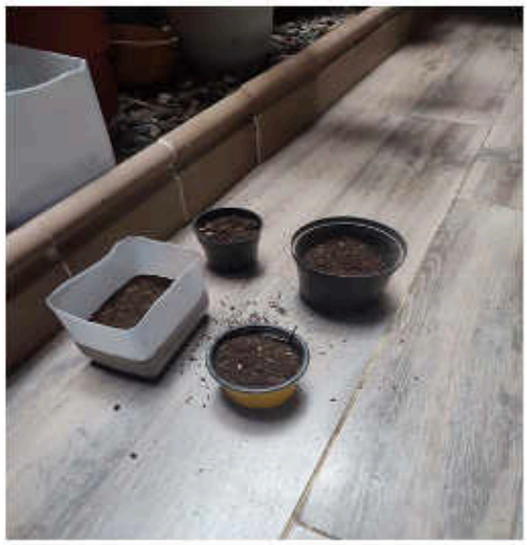




Primera intervención, familia 8
Fecha: 7 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:00 p.m.
Asistentes: 1

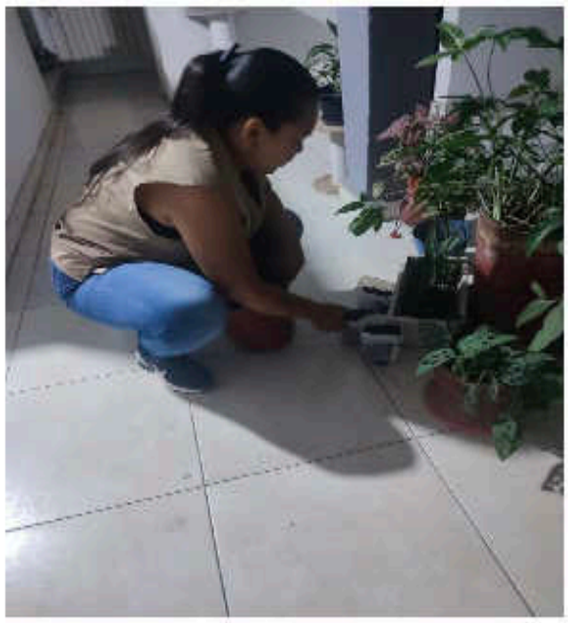






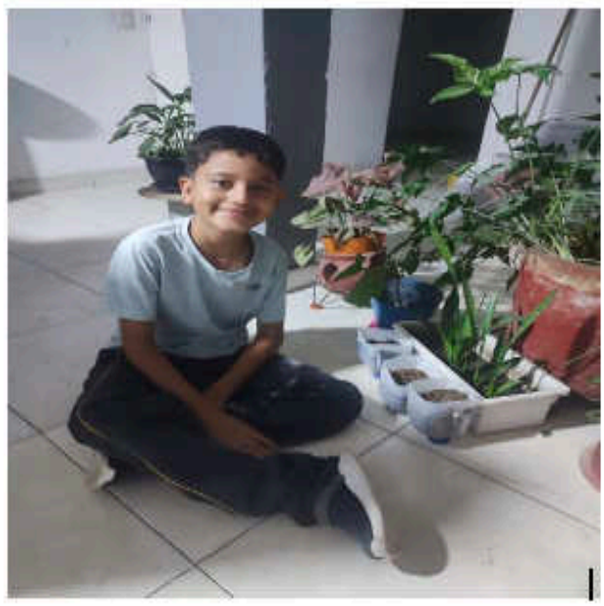


Primera intervención, familia 9
Fecha: 7 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:40 p.m.
Asistentes: 4





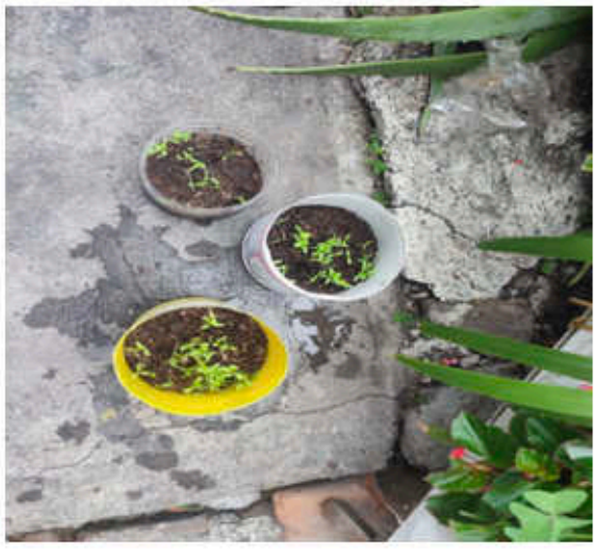


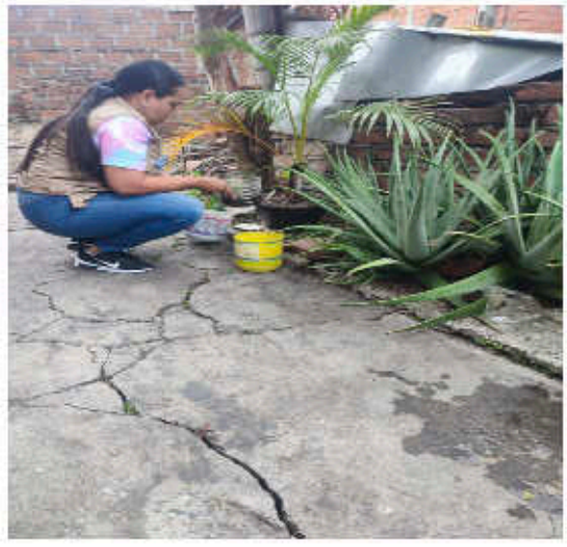


Primera intervención, familia 10
Fecha: 7 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:20 p.m.
Asistentes: 2





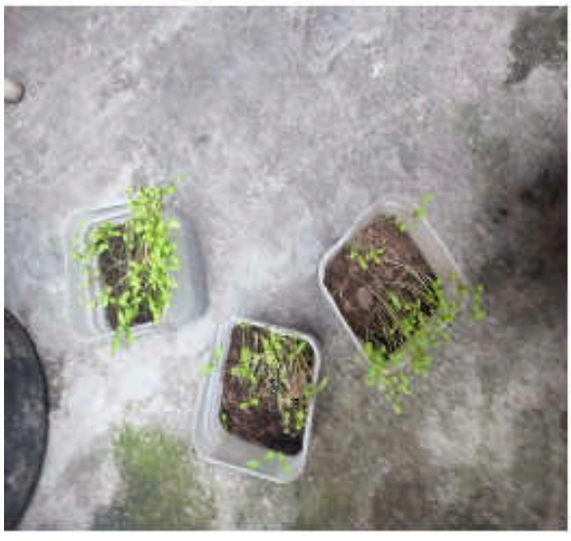




Segunda intervención (seguimiento), familia 1
Fecha: 14 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:00 a.m.
Asistentes: 3

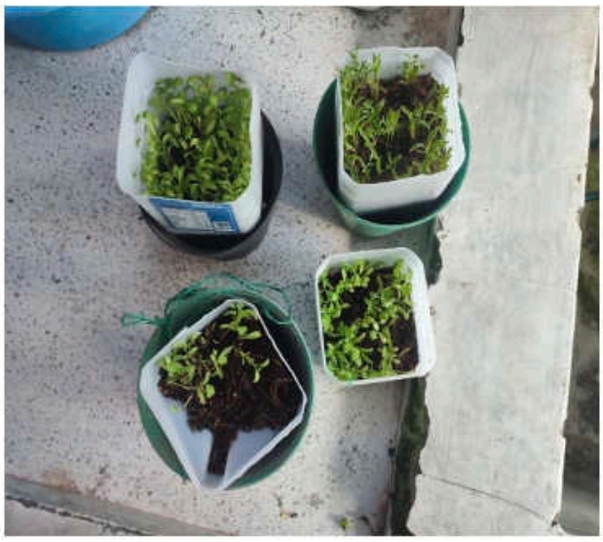








Segunda intervención (seguimiento), familia 2
Fecha: 14 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8: 40 a.m.
Asistentes: 3

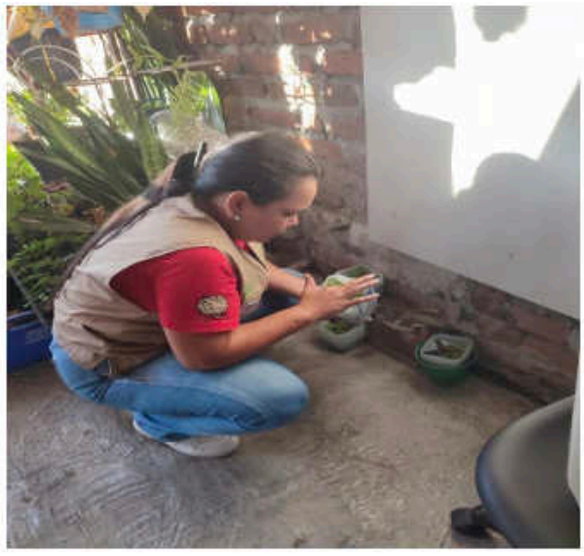








Segunda intervención (seguimiento), familia 3
Fecha: 14 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 9:20 a.m.
Asistentes: 1







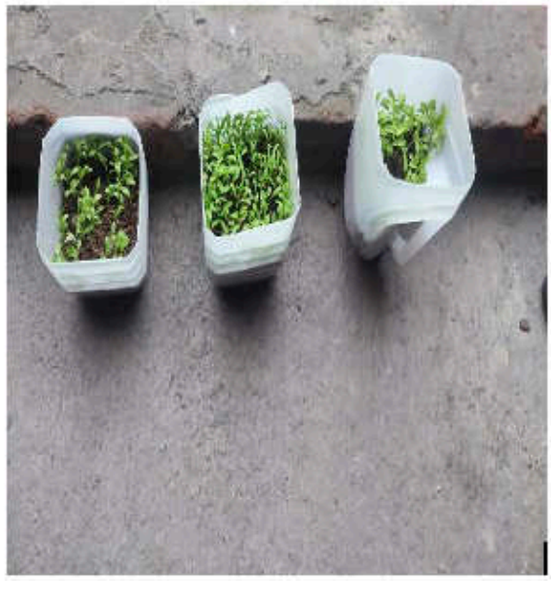


Segunda intervención (seguimiento), familia 4
Fecha: 14 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 10:00 A.M
Asistentes: 2







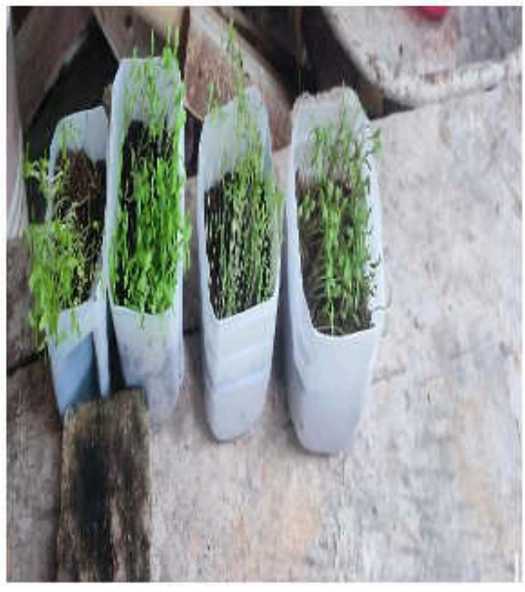


Segunda intervención (seguimiento), familia 5
Fecha: 14 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 10:40 am
Asistentes: 4





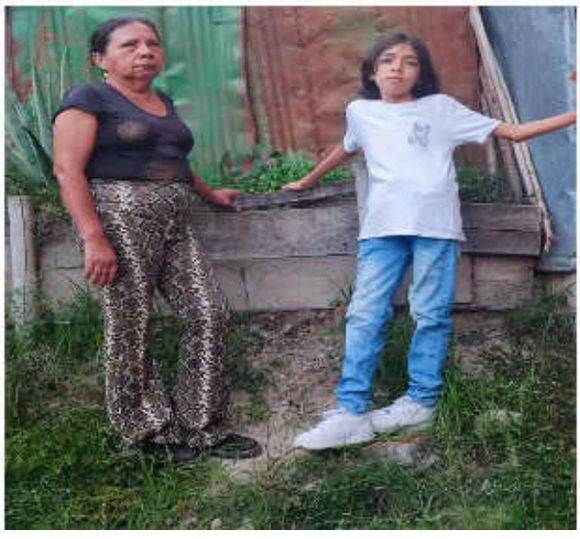




Segunda intervención (seguimiento), familia 6
Fecha: 14 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:20 p.m.
Asistentes: 1

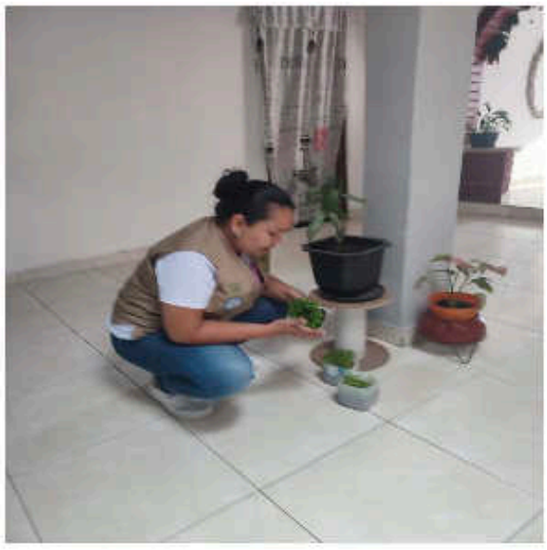




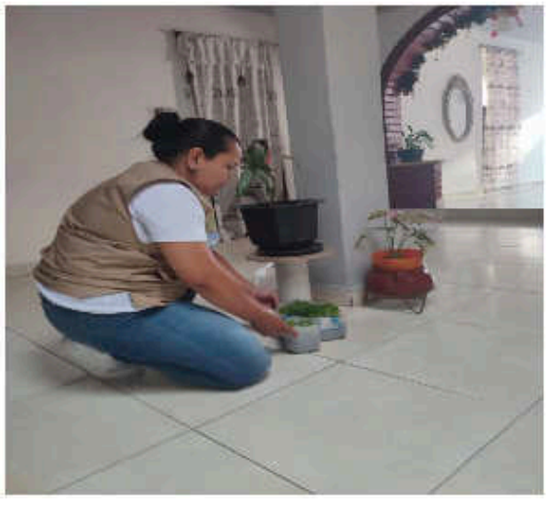




Segunda intervención (seguimiento), familia 7
Fecha: 14 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 12:00 p.m.
Asistentes: 2









Segunda intervención (seguimiento), familia 8
Fecha: 14 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:00 p.m.
Asistentes: 2



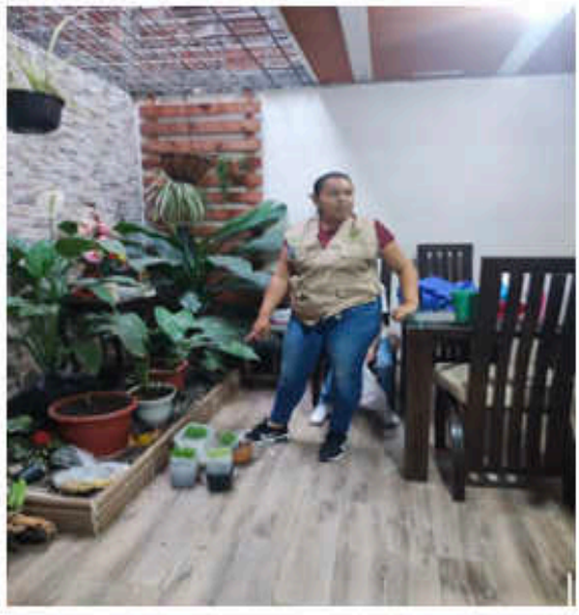


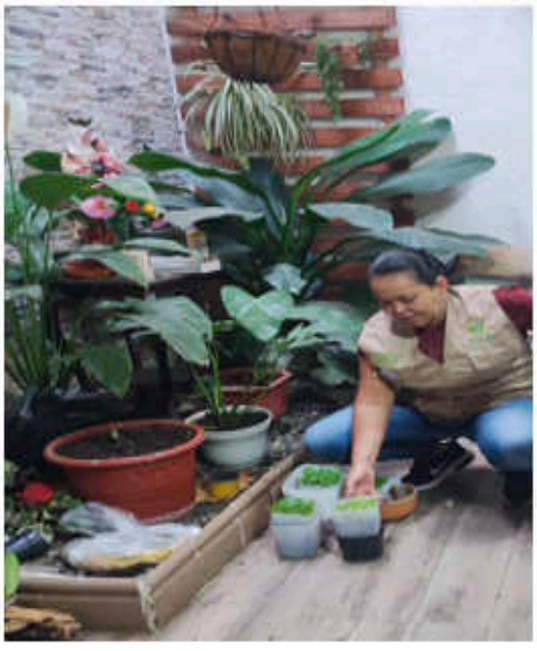




Segunda intervención (seguimiento), familia 9
Fecha: 14 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:40 p.m.
Asistentes: 2

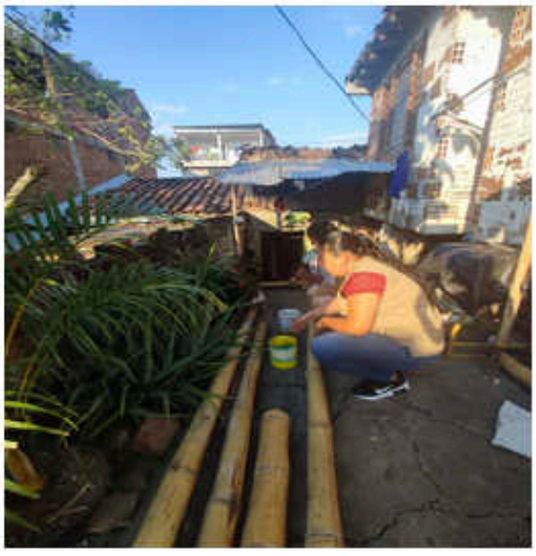






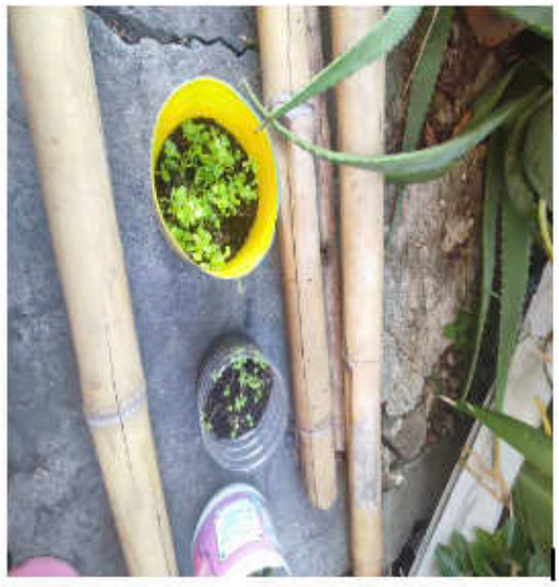


Segunda intervención (seguimiento), familia 10
Fecha: 14 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:20 p.m.
Asistentes: 4



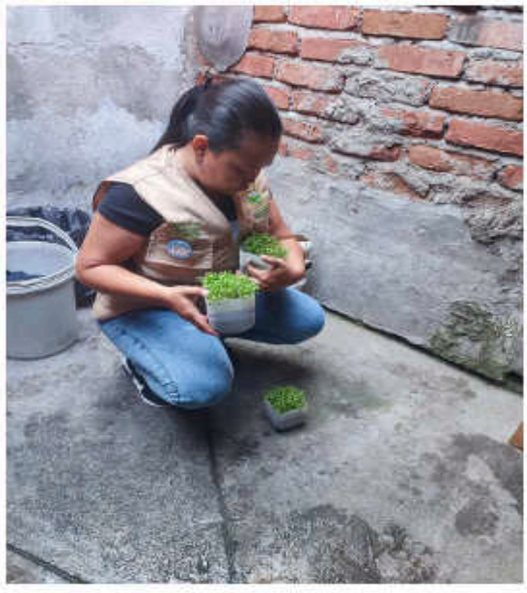






Tercera intervención (seguimiento), familia 1
Fecha: 21 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:00 a.m.
Asistentes: 3

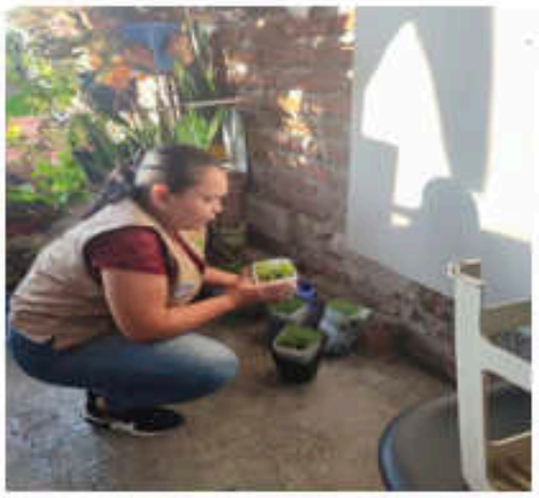


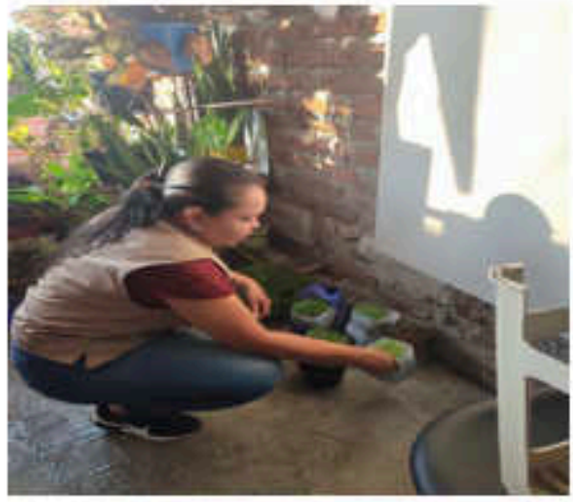


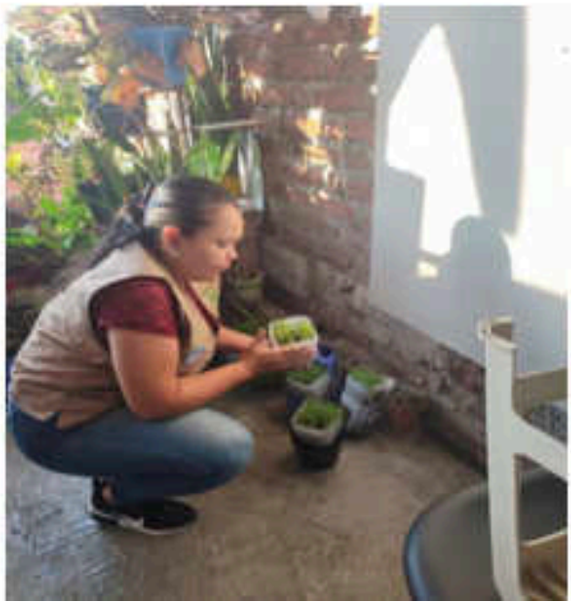




Tercera intervención (seguimiento), familia 2
Fecha: 21 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:40 a.m.
Asistentes: 3

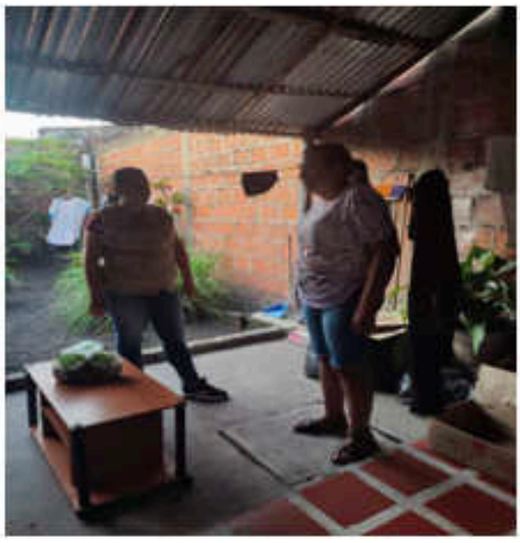




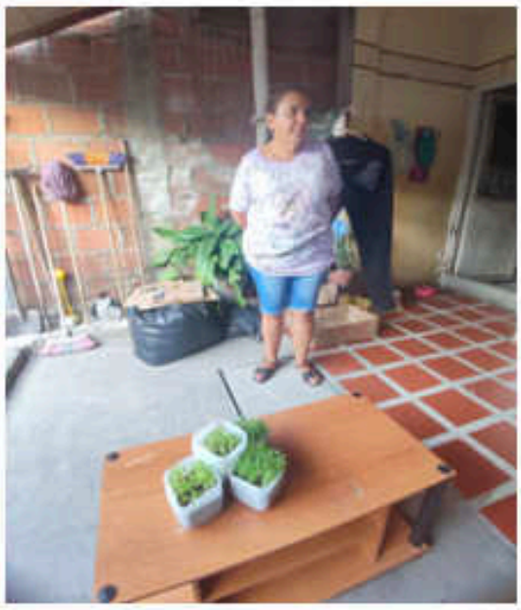




Tercera intervención (seguimiento), familia 3
Fecha: 21 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 9:20 a.m.
Asistentes: 2









Tercera intervención (seguimiento), familia 4
Fecha: 21 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 10:00 a.m.
Asistentes: 4









Tercera intervención (seguimiento), familia 5
Fecha: 21 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 10:40 a.m.
Asistentes: 2





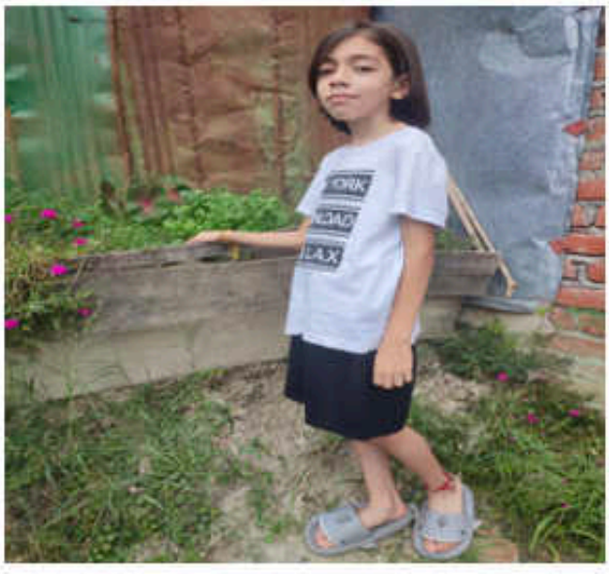




Tercera intervención (seguimiento), familia 6
Fecha: 21 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:20 a.m.
Asistentes: 1







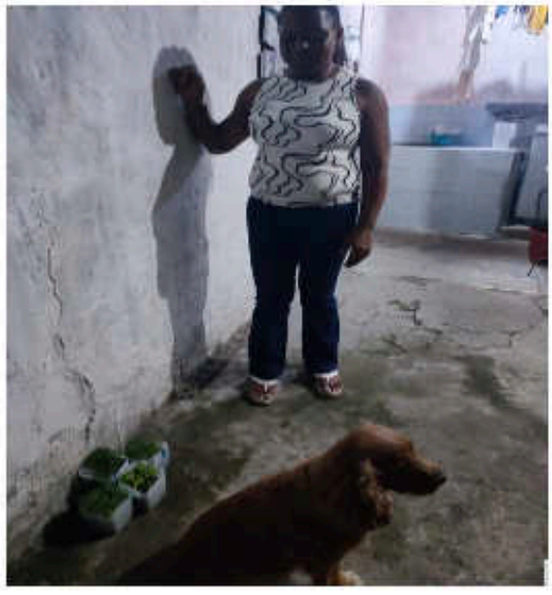


Tercera intervención (seguimiento), familia 7
Fecha: 21 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 12:00 p.m.
Asistentes: 2

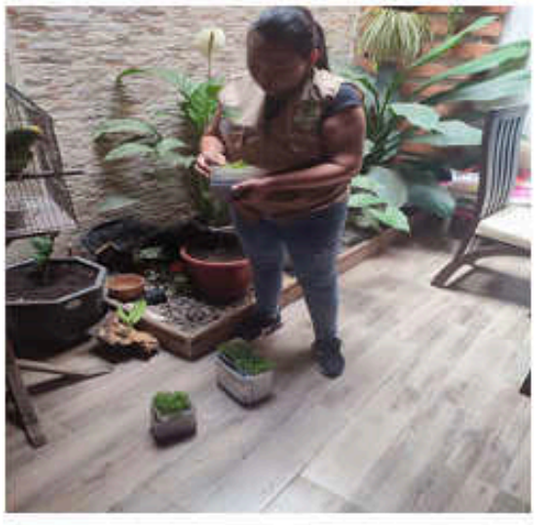


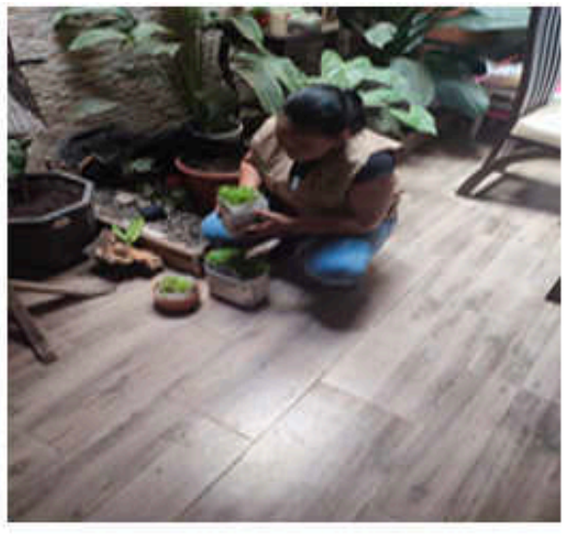


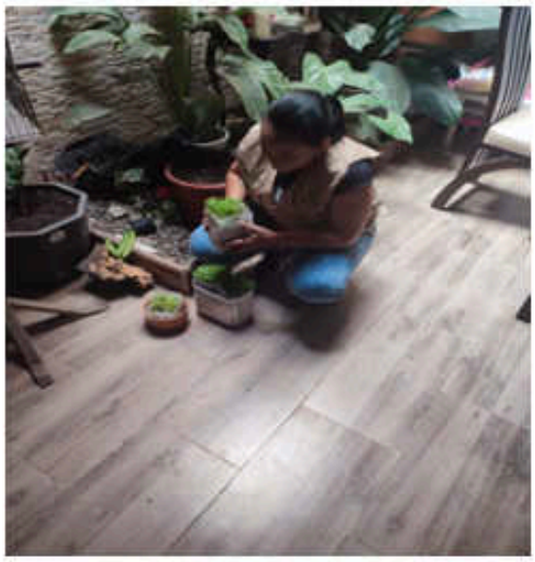


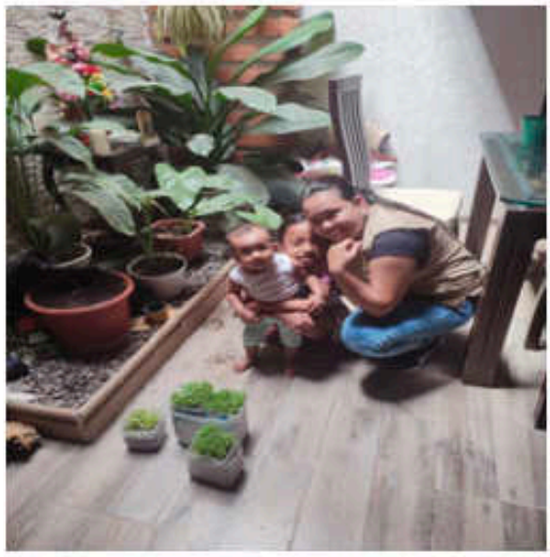


Tercera intervención (seguimiento), familia 8
Fecha: 21 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:00 p.m.
Asistentes: 1







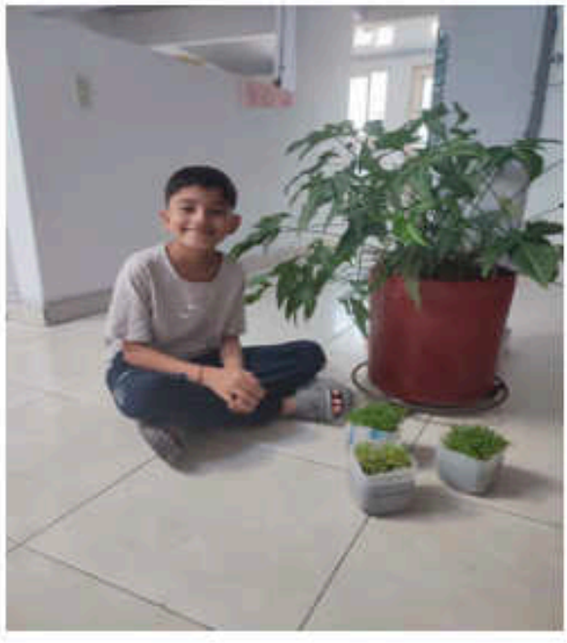


Tercera intervención (seguimiento), familia 9
Fecha: 21 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:40 p.m.
Asistentes: 4









Tercera intervención (seguimiento), familia 10
Fecha: 21 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:20 p.m.
Asistentes: 2

6.5 Formación en Producción de Alimentos a Nivel Hogareño y Comunitario: Capacitación en técnicas de agricultura urbana, huertas comunitarias y compostaje para fomentar la autosuficiencia alimentaria. Promoción del uso de productos locales y sostenibles para una alimentación más saludable y ecológica









Fecha: 6 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 9:00 a.m.
Asistentes: 35









Fecha: 9 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 9:20 a.m.
Asistentes: 15









Fecha: 9 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 1:30 p.m.
Asistentes: 23









Fecha: 9 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:20 p.m.
Asistentes: 24









Fecha: 9 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:00 p.m.
Asistentes: 23









Fecha: 10 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:00 a.m.
Asistentes: 23









Fecha: 11 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:00 a.m.
Asistentes: 8









Fecha: 11 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 9:00 a.m.
Asistentes: 5









Fecha: 11 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 10:00 a.m.
Asistentes: 8









Fecha: 11 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:00 a.m.
Asistentes: 10









Fecha: 11 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 12:00 p.m.
Asistentes: 10









Fecha: 11 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 1:00 p.m.
Asistentes: 5









Fecha: 11 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:00 p.m.
Asistentes: 5









Fecha: 11 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:00 p.m.
Asistentes: 7









Fecha: 12 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 4:00 p.m.
Asistentes: 21

6.6 Talleres de cocina saludable y nutritiva: clases prácticas de cocina donde se enseñan recetas saludables, económicas y basadas en ingredientes locales. enfoque en la reducción del desperdicio de alimentos y el aprovechamiento integral de los mismos.









Fecha:12 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:00 a.m.
Participantes: 8









Fecha: 12 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 9:00 a.m.
Participantes: 8









Fecha: 12 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 10:00 a.m.
Participantes: 10









Fecha: 12 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:00 a.m.
Participantes: 6





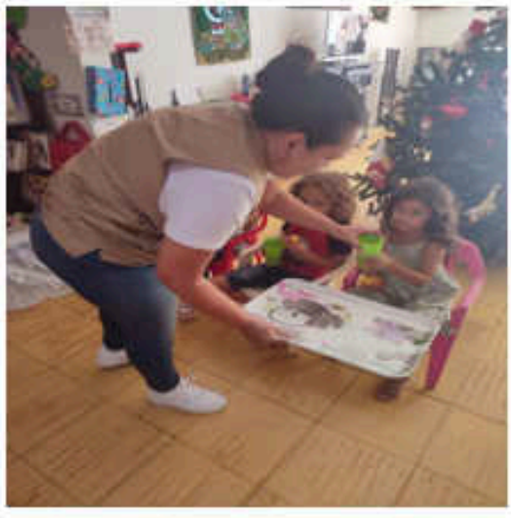




Fecha: 12 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 12:00 p.m.
Participantes: 5









Fecha: 12 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 1:00 p.m.
Participantes: 8









Fecha: 12 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:00 p.m.
Participantes: 8









Fecha: 12 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:00 p.m.
Participantes: 3









Fecha: 12 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 4:40 p.m.
Participantes: 21









Fecha: 13 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:00 a.m.
Participantes: 5





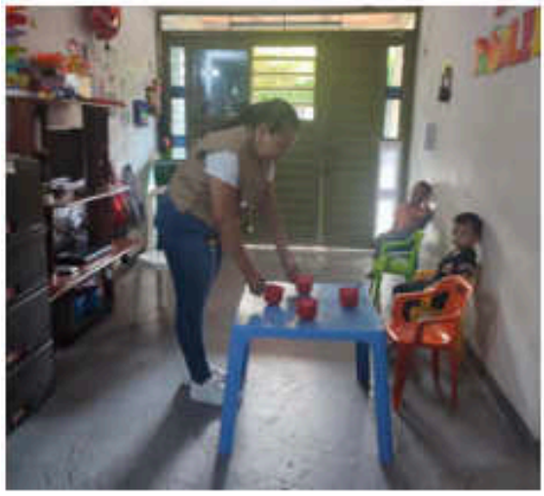


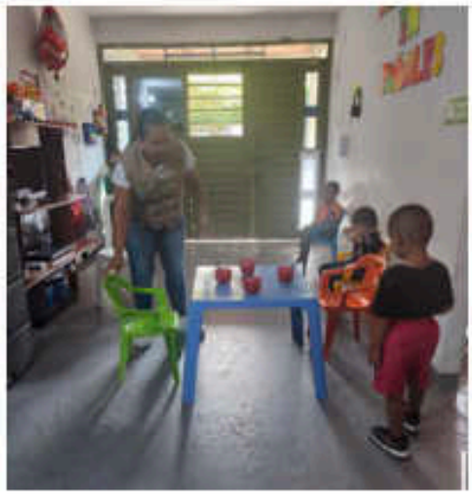


Fecha: 13 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:40 a.m.
Participantes: 6

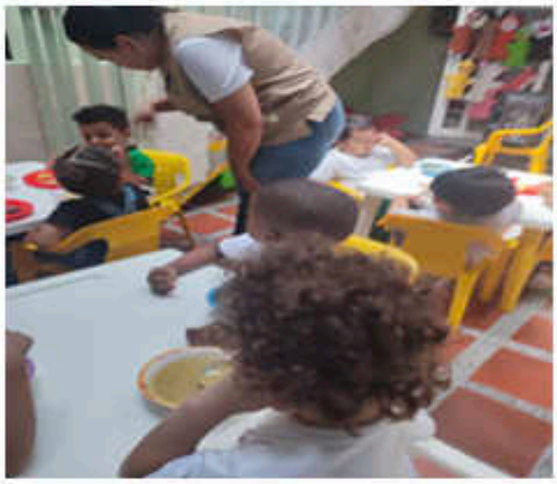








Fecha: 13 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 9:20 a.m.
Participantes: 4









Fecha: 13 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:00 a.m.
Participantes: 10









Fecha: 13 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:40 a.m.
Participantes: 4







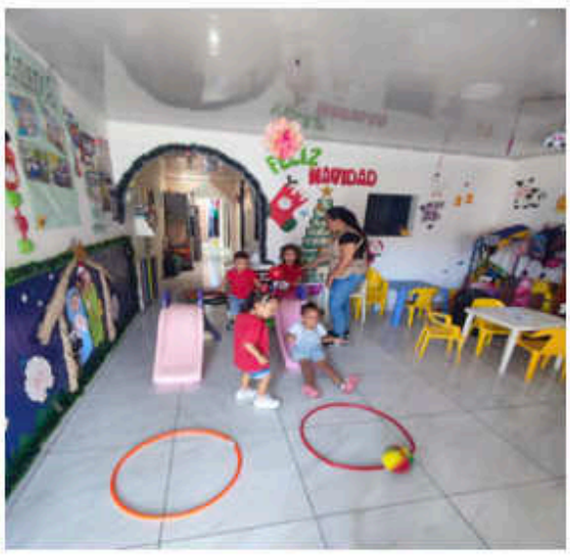


Fecha: 13 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 12:20 p.m.
Participantes: 8

6.7 Organizar actividades físicas y deportivas en parques y centros comunitarios para promover estilos de vida saludables



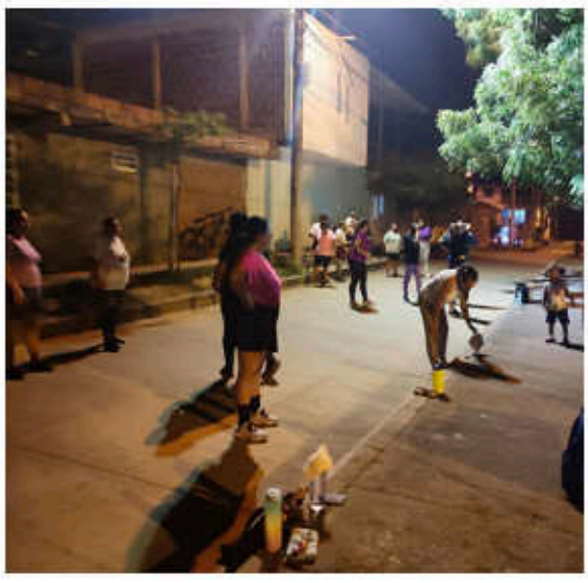






Fecha: 12 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:50 p.m.
Asistentes: 9






Fecha: 13 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 7:00 p.m.
Asistentes: 13









Fecha: 16 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:00 p.m.
Asistentes: 27









Fecha: 17 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 4:00 p.m.
Asistentes: 11





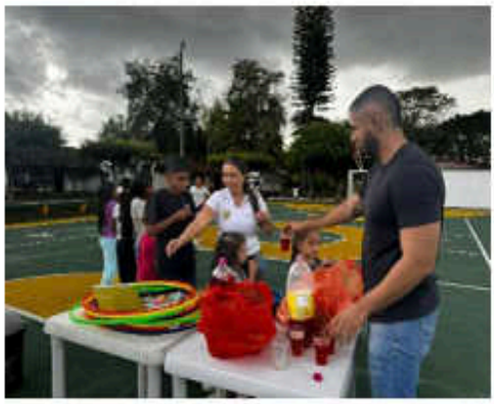




Fecha: 18 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:00 p.m.
Asistentes: 11









Fecha: 19 diciembre 2024
Lugar: Vallejuelo
Hora: 2:30 p.m.
Asistentes: 11





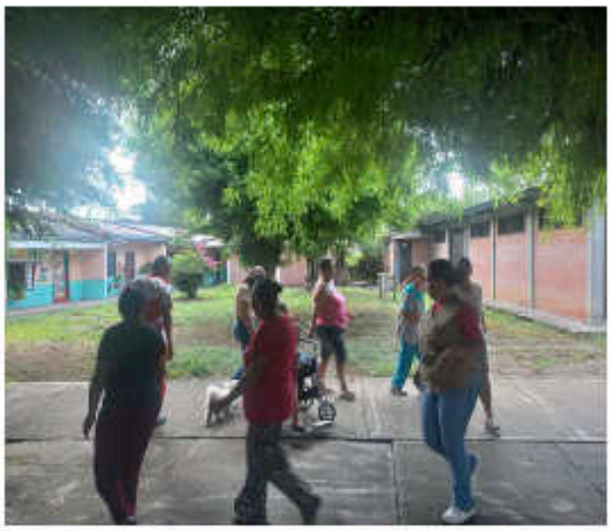




Fecha: 19 diciembre 2024
Lugar: Quebrada Nueva
Hora: 3:30 p.m.
Asistentes: 13









Fecha: 20 diciembre 2024
Lugar: Limones
Hora: 2:00 p.m.
Asistentes: 12









Fecha: 20 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 3:00 p.m.
Asistentes: 13









Fecha: 21 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:00 p.m.
Asistentes: 13

6.8 Educación en lactancia materna a gestantes _Talleres sobre Alimentación Balanceada y Nutrición Adecuada-Educación en Nutrición Infantil y Materna: Formación dirigida a madres y cuidadores sobre la importancia de la nutrición en los primeros 1000 días de vida. Estrategias para mejorar la alimentación infantil y prevenir la malnutrición en niños y niñas.









Fecha: 6 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 12:30
Asistentes: 119









Fecha: 9 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:30 a.m.
Asistentes: 134









Fecha: 9 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 12:30 p.m.
Asistentes: 355









Fecha: 13 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 1:00 p.m.
Asistentes: 22









Fecha: 16 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:40 a.m.
Asistentes: 22









Fecha:16 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 11:00 a.m.
Asistentes: 11









Fecha: 16 diciembre 2024
Lugar: Vallejuelo
Hora: 4:00 p.m.
Asistentes: 14



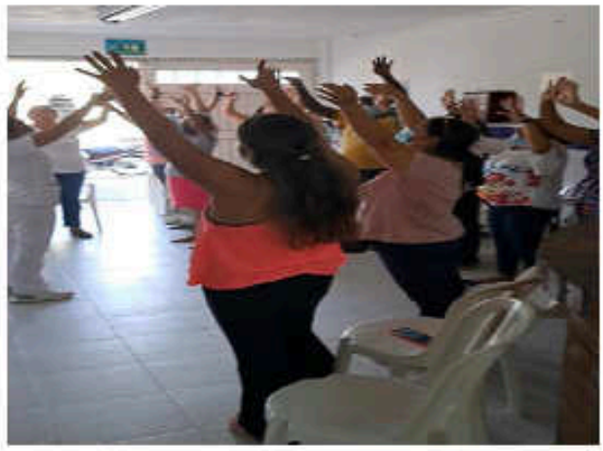






Fecha: 17 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 8:00 a.m.
Asistentes: 13



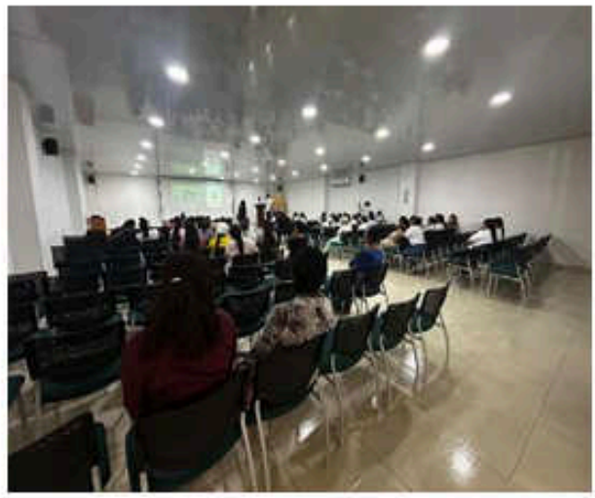


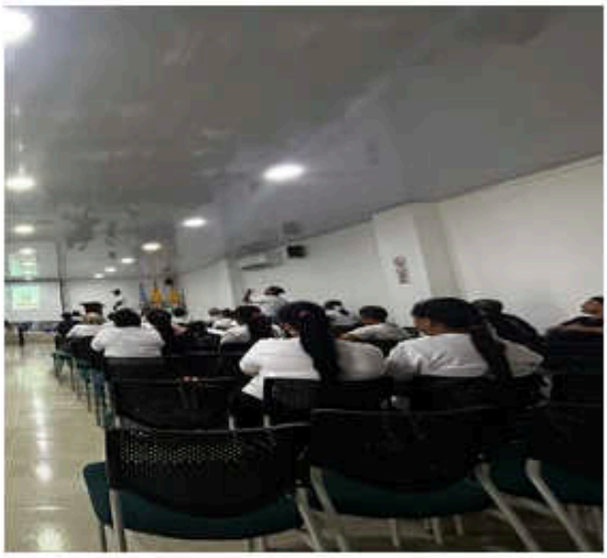


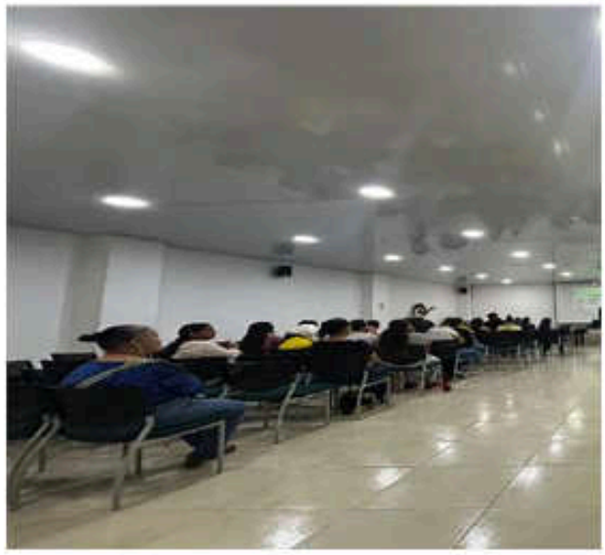


Fecha: 17 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 9:00 a.m.
Asistentes: 22









Fecha: 17 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 1:00 p.m.
Asistentes: 22









Fecha: 17 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:00 p.m.
Asistentes: 13





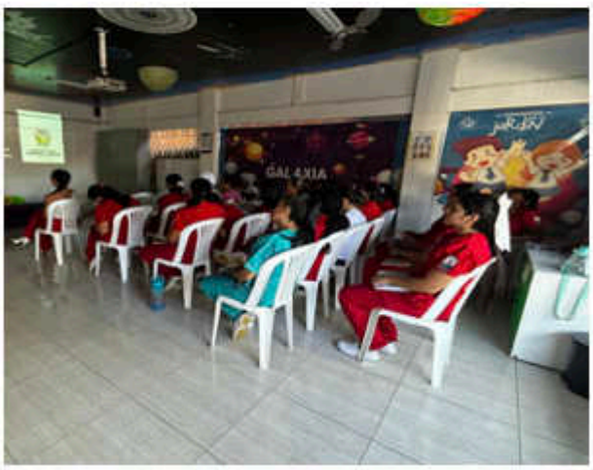




Fecha: 17 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 2:50 p.m.
Asistentes: 13









Fecha: 17 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 5:00 p.m.
Asistentes: 20









Fecha:18 diciembre 2024
Lugar: Zarzal
Hora: 10:40 a.m.
Asistentes: 22









Fecha: 18 diciembre 2024
Lugar: La Paila
Hora: 11:00 a.m.
Asistentes: 13

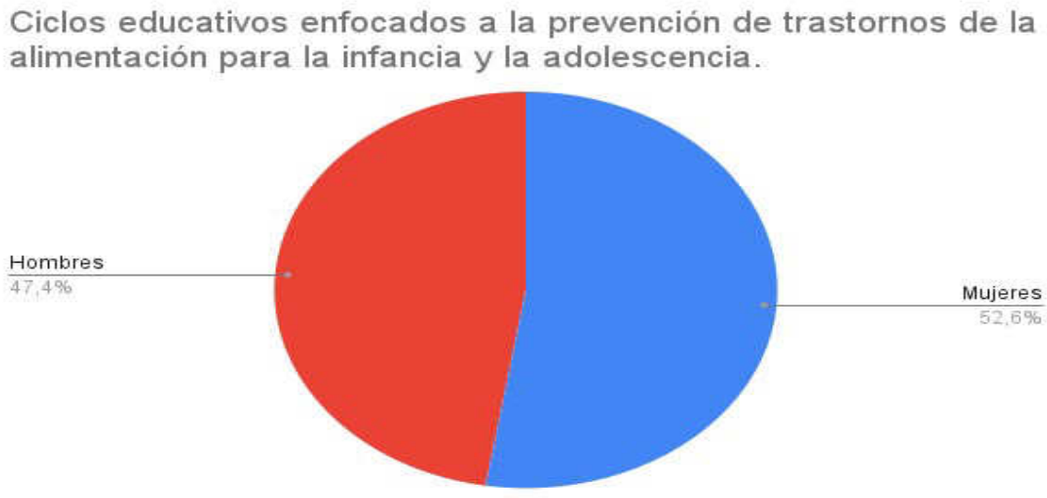
7. CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN

7.1 Charlas sobre manipulación de alimentos

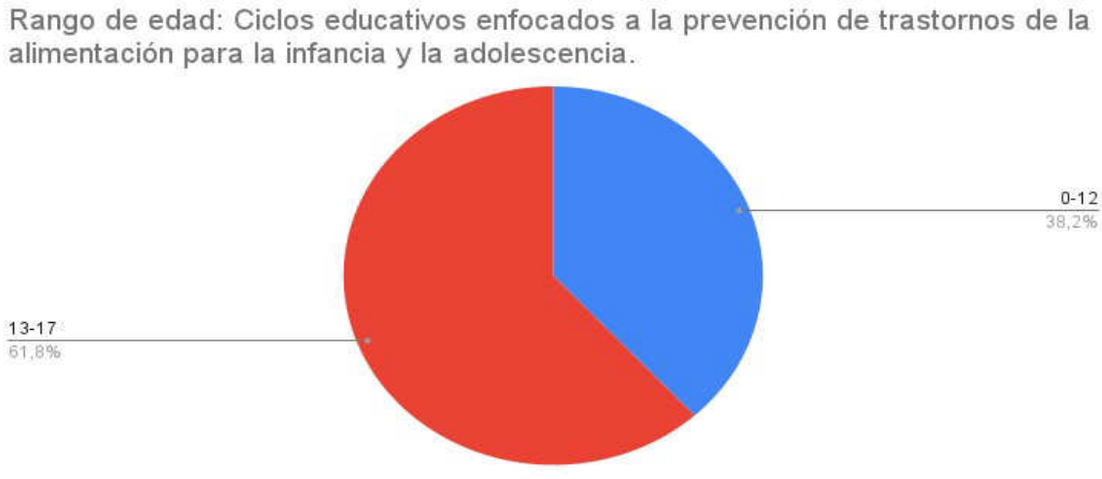


En torno a la manipulación de alimentos 165 representa 72,1% mujeres y 64 es 27,9% para un total de 229 participantes, todas en un rango de edad adulta.

7.2 Ciclos educativos enfocados a la prevención de trastornos de la alimentación para la infancia y la adolescencia

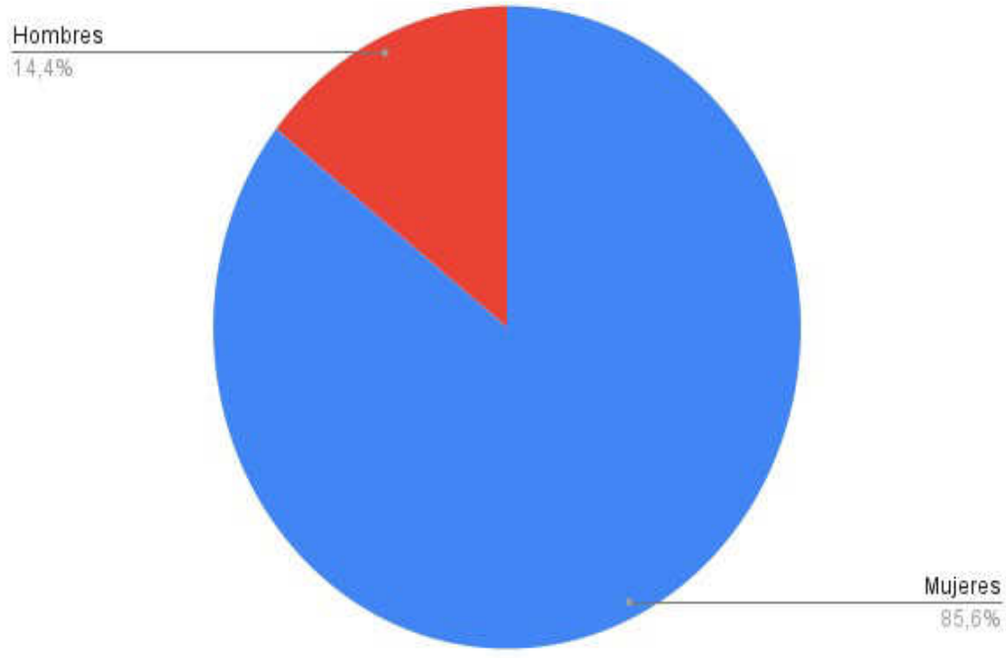


El 52, 6% corresponde a 154 mujeres y 47,4% 139 hombres, cabe resaltar que esta información se brindó principalmente a adolescentes en las Instituciones Educativas con un rango de edad de 0-12 y de 13-17 para un total de 293.



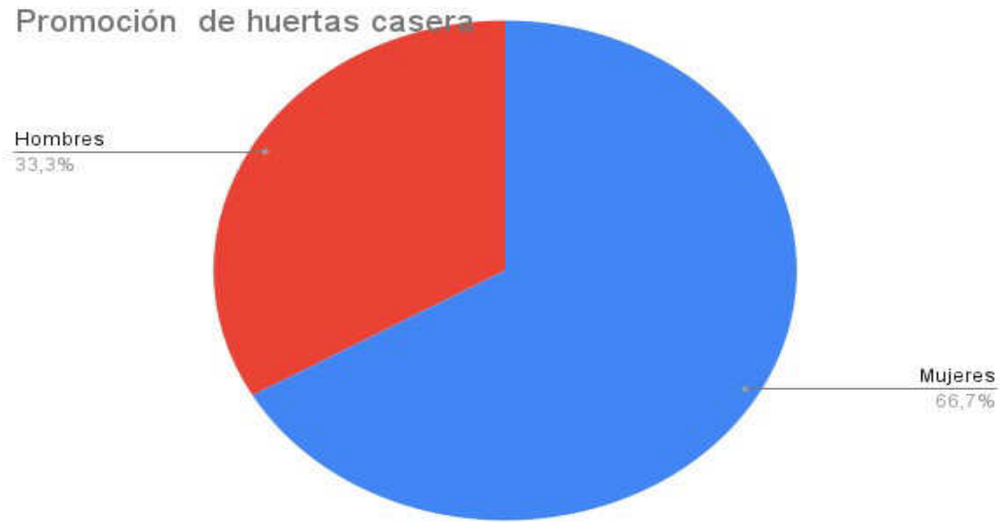
En concordancia con lo anterior, se contó con mayor participación en los rangos de 13-17 años lo cual da un porcentaje de 61,9% (181) y los rangos de 0-12 años con 38,2% (112)

7.3 Capacitaciones de alimentación saludable a madres, padres y cuidadores

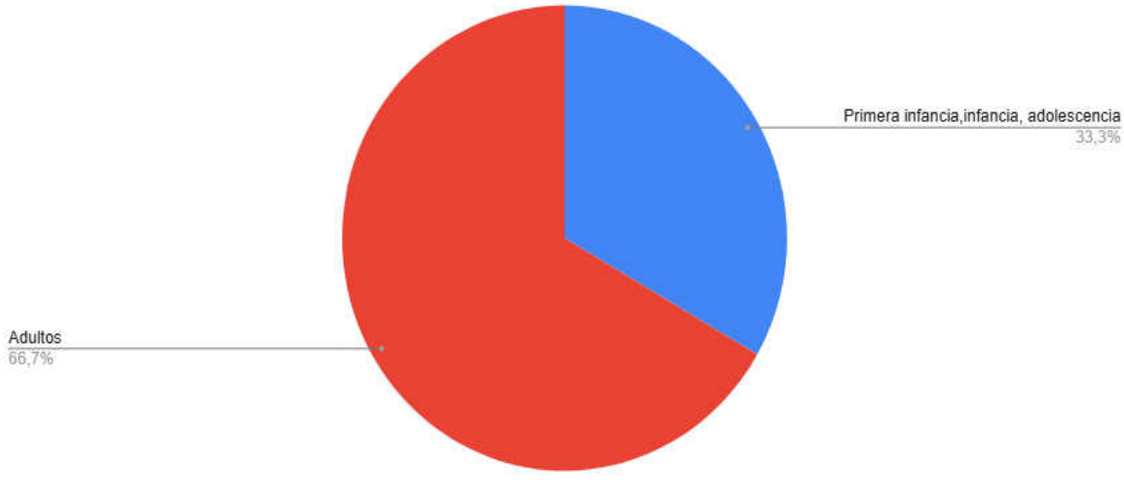


Se tuvo la participación de 229 participantes donde el 85,6% (196) mujeres y 14,4% (33) son hombres en edad adulta.

7.4 Promoción de huertas caseras



Se tuvo la participación de 24 personas de los cuales el 66,7% (16) son mujeres y el 33,3% (8) son hombres.

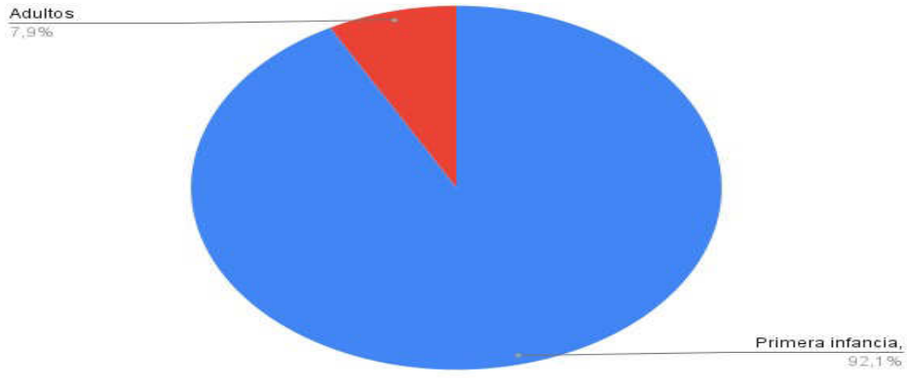


De igual manera, en ciclo de vida el 66,7% (16) pertenecen a la edad adulta, en cambio el 33,3% (8) de participantes se encuentran en la primera infancia, infancia, adolescencia.

7.5 Formación en Producción de Alimentos a Nivel Hogareño y Comunitario: Capacitación en técnicas de agricultura urbana, huertas comunitarias y compostaje para fomentar la autosuficiencia alimentaria. Promoción del uso de productos locales y sostenibles para una alimentación más saludable y ecológica

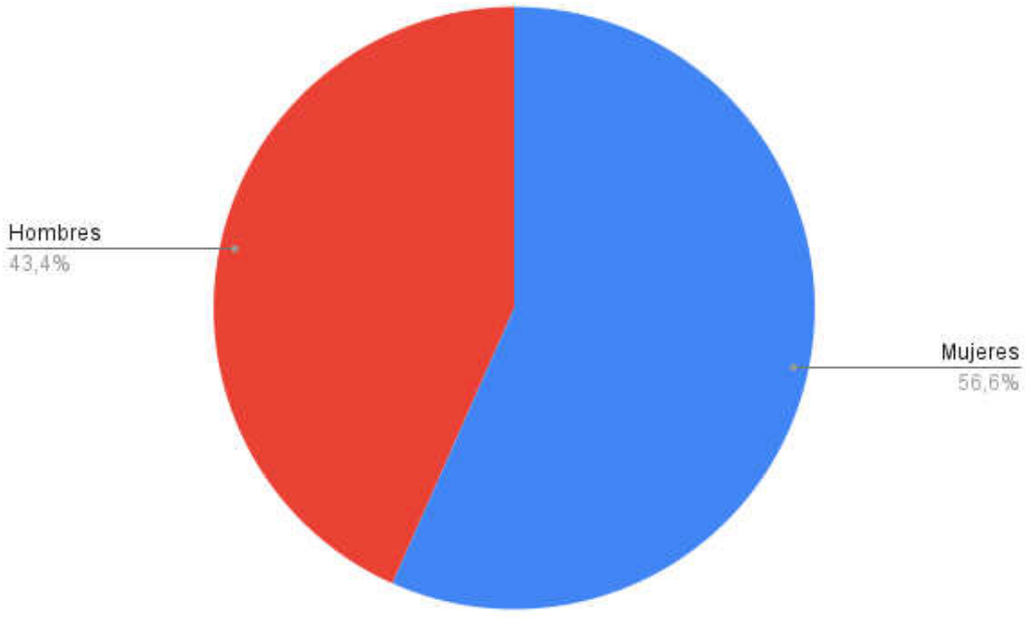


Se contó con la participación de 266, predomina el género femenino con 52,6% (140) y 47,4% (126) masculino.



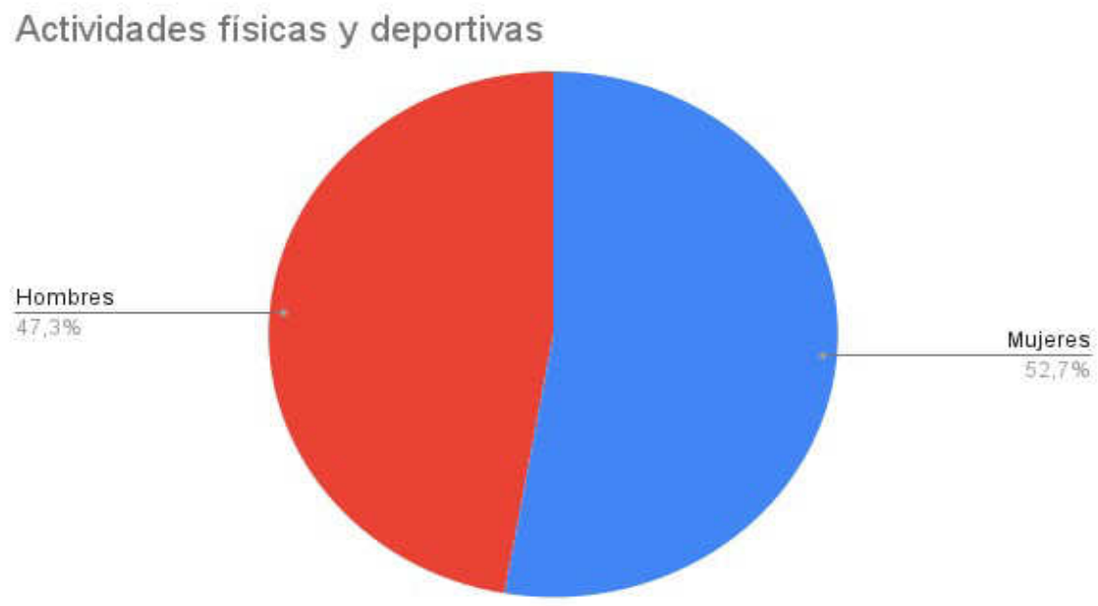
En concordancia a lo anterior, la mayor participación de niños, niñas, adoslecentes lo cual equivale al 92,1% (245) y adultos con el 7,9%(21).

7.6 Talleres de cocina saludable y nutritiva: clases prácticas de cocina donde se enseñan recetas saludables, económicas y basadas en ingredientes locales. enfoque en la reducción del desperdicio de alimentos y el aprovechamiento integral de los mismos

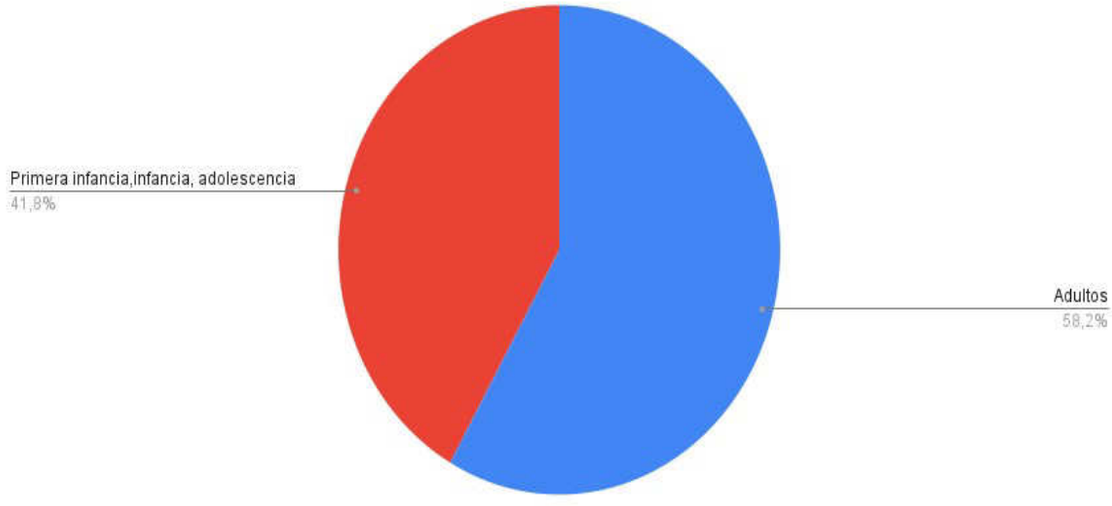


Participaron 113 personas, las cuales 56,6% (64) mujeres y 43,4% (49) hombres.

7.7 Actividades físicas y deportivas en parques y centros comunitarios para promover estilos de vida saludables

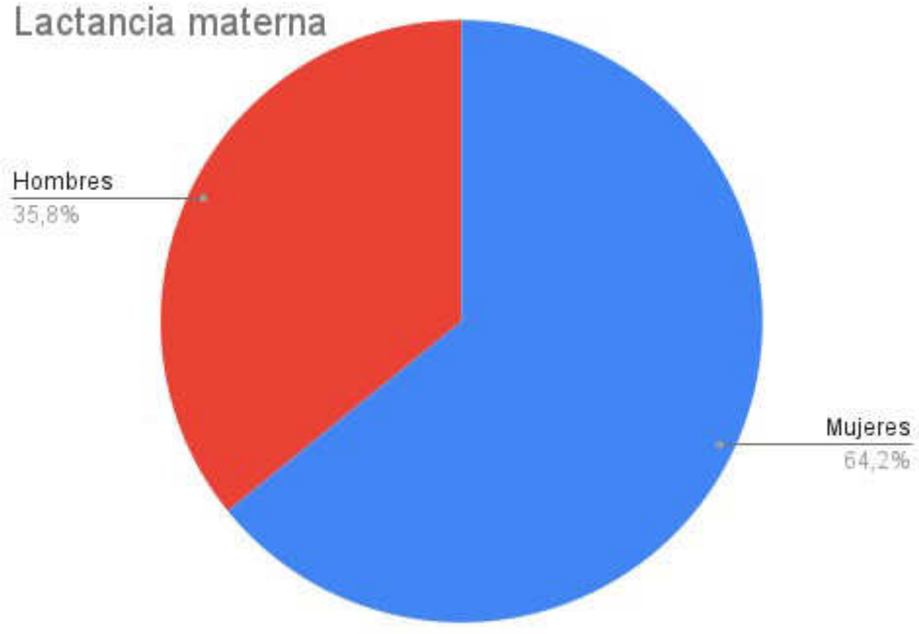


Participaron 146 personas donde se resalta que el 52,7% (77) son mujeres y el 47,3% (69)



En concordancia a lo anterior en esta actividad se contó con la participación de 58,2% (85) y 41,9% (61) pertenecen a la primera infancia, infancia y adolescencia.

7.8 Educación en lactancia materna a gestantes _Talleres sobre Alimentación Balanceada y Nutrición Adecuada-Educación en Nutrición Infantil y Materna: Formación dirigida a madres y cuidadores sobre la importancia de la nutrición en los primeros 1000 días de vida



Participaron 798 personas, la mayor participación fueron mujeres con 64,2%(512) y el 35,8% (286) fueron hombres

8.CUMPLIMIENTO DE ACTIVIDADES

El cumplimiento del 100% de las actividades enfocadas en la seguridad alimentaria se centró en un conjunto de prácticas clave para lograr este objetivo, siendo impactadas 798 personas de la zona rural y urbana del municipio de Zarzal Valle.

Manipulación segura de alimentos. En total asistieron 229 personas para la charla sobre manipulación de alimentos, esto es fundamental para prevenir enfermedades transmitidas por alimentos. Un cumplimiento estricto de las normas de higiene en todas las etapas de la cadena alimentaria es esencial. Esto implica:

- **Capacitación:** Ofrecer formación continua a manipuladores de alimentos en establecimientos gastronómicos, escuelas y hogares sobre las correctas prácticas de higiene.
- **Información al consumidor:** Proporcionar información clara y concisa a los consumidores sobre los riesgos asociados a una mala manipulación de alimentos y las medidas preventivas.

Ciclos educativos enfocados en la prevención de trastornos de la alimentación. Participaron 293 personas en las actividades relacionadas a la prevención de trastornos de la alimentación en la infancia y adolescencia es una prioridad de salud pública. Los ciclos educativos promovieron:

- **Imagen corporal positiva:** Fomentar una imagen corporal saludable y realista, libre de estereotipos.
- **Hábitos alimentarios saludables:** Educar sobre la importancia de una alimentación equilibrada y variada.

Capacitaciones de alimentación saludable a madres, padres y cuidadores. Los padres son los primeros educadores de sus hijos, por ende participaron 345 personas. Capacitarlos en alimentación saludable les permitió transmitir estos conocimientos a sus familias:

- **Lectura de etiquetas:** Enseñar a interpretar las etiquetas de los alimentos para tomar decisiones informadas.
- **Preparación de comidas saludables:** Ofrecer recetas sencillas y nutritivas que puedan prepararse en casa.
- **Educación nutricional:** Proporcionar información actualizada sobre los beneficios de una dieta equilibrada.

Promoción de huertas caseras. La actividad se enfocó en escoger 10 familias del municipio de Zarzal Valle (cabecera municipal), posterior, se realizaron tres visitas, las cuales fueron de la siguiente manera:

1. Explicación teórica sobre el proceso de huertas caseras y plantación de semillas a las 10 familias.
2. Seguimiento al proceso de las huertas a las 10 familias.
3. Seguimiento del proceso y recomendaciones para la continuidad del cuidado por parte de las 10 familias.

La producción de alimentos a nivel local promueve la seguridad alimentaria, reduce la dependencia de productos procesados y fomenta hábitos de vida saludables:

- **Huertas caseras:** Crear huertos en las casas para enseñar a los niños sobre el origen de los alimentos y fomentar el consumo de productos frescos.
- **Talleres de compostaje:** Promover el compostaje de residuos orgánicos para enriquecer el suelo y reducir la cantidad de basura.

En total participaron 24 personas de las 10 familias seleccionadas para participar en la promoción de huertas caseras.

Formación en producción de alimentos a nivel hogareño y comunitario: capacitación en técnicas de agricultura urbana, huertas comunitarias y compostaje para fomentar la autosuficiencia alimentaria. promoción del uso de productos locales y sostenibles para una alimentación más saludable y ecológica. Se impactó a 266 personas, lo cual la actividad se enfocó en ofrecer educación y capacitación para que las personas aprendan a cultivar sus propios alimentos.

La formación se dirige tanto a individuos como a grupos comunitarios, promoviendo la producción de alimentos a pequeña escala, se enseñaron técnicas específicas como la agricultura urbana, la creación de huertos comunitarios y el compostaje, que permiten cultivar alimentos en espacios reducidos y reciclar los residuos orgánicos.

El objetivo principal es que las personas puedan producir una parte de sus propios alimentos, reduciendo su dependencia de la agricultura industrial y los sistemas alimentarios convencionales, promoviendo el consumo de alimentos producidos localmente y de forma sostenible, lo que contribuye a una alimentación más saludable y a la protección del medio ambiente.

Talleres de cocina saludable y nutritiva: clases prácticas de cocina donde se enseñan recetas saludables, económicas y basadas en ingredientes locales. Enfoque en la reducción del desperdicio de alimentos y el aprovechamiento integral de los mismos. Los talleres de cocina saludable y nutritiva se han convertido en una herramienta fundamental

para promover estilos de vida saludables y combatir la malnutrición en todas sus formas. Fueron un total de 113 niños y niñas de los hogares infantiles de la cabecera municipal.

Estos espacios de aprendizaje práctico ofrecen una serie de beneficios tanto para los participantes como para la comunidad en general.

- **Conexión con la comunidad:** Los talleres fomentan el intercambio de conocimientos y experiencias entre los participantes, creando un sentido de comunidad y pertenencia.
- **Disminución del desperdicio alimentario:** Los talleres enseñan a aprovechar al máximo los alimentos, reduciendo así el desperdicio y contribuyendo a la sostenibilidad.

Organizar actividades físicas y deportivas en parques y centros comunitarios para promover estilos de vida saludables. En las actividades físicas diseñadas para niños y jóvenes, se busca mucho más que el simple hecho de hacer ejercicio. Estas actividades son una herramienta poderosa para el desarrollo integral de los individuos, tanto a nivel físico como emocional y social. Asistieron 146 personas que la mayoría fueron niños, jóvenes y adultos de la zona rural y urbana del municipio de Zarzal Valle.

- Salud física: Reduce el riesgo de obesidad, enfermedades cardiovasculares y diabetes. Fortalece los huesos y músculos. Mejora la postura y la coordinación.
- Salud mental: Reduce el estrés y la ansiedad. Mejora el sueño. Aumenta la autoestima y la confianza.
- Desarrollo cognitivo: Mejora la concentración, la memoria y las habilidades de resolución de problemas.
- Desarrollo social: Fomenta las relaciones sociales, la cooperación y el trabajo en equipo.

Educación en lactancia materna a gestantes _Talleres sobre Alimentación Balanceada y Nutrición Adecuada-Educación en Nutrición Infantil y Materna: Formación dirigida a madres y cuidadores sobre la importancia de la nutrición en los primeros 1000 días de vida. Estrategias para mejorar la alimentación infantil y prevenir la malnutrición en niños y niñas. Fortalecer los conocimientos y prácticas de lactancia materna y alimentación complementaria en gestantes y madres, promoviendo el crecimiento y desarrollo óptimo de los niños y niñas durante los primeros 1000 días de vida. Se impactaron a 798 mujeres gestantes y lactantes del municipio de Zarzal Valle.
Estos talleres están diseñados para brindar a mujeres embarazadas y en periodo de lactancia las herramientas y conocimientos necesarios para llevar a cabo una alimentación saludable y practicar la lactancia materna de manera exitosa.
Se fomentó la importancia de la leche materna como el mejor alimento para el bebé y se proporcionan técnicas y consejos prácticos para una lactancia exitosa., se enseñó los principios de una alimentación balanceada y nutritiva, tanto para la madre como para el bebé, durante el embarazo y la lactancia y por último se ofreció un espacio para que las madres puedan consultar

sus dudas y recibir orientación personalizada sobre temas relacionados con la alimentación y la lactancia.

9. CONCLUSIONES

Ejecutar diversas actividades con un enfoque de seguridad alimentaria hacia la comunidad de Zarzal Valle ha sido enriquecedor, ya que, se ha podido compartir con niños, niñas, jóvenes, adultos y adultos mayores de diferentes edades; esto ha permitido prevenir situaciones de riesgo, compartir experiencias significativas, aprender nuevos conocimientos, dialogar, escuchar y sobre todo conocerse.

Los talleres de seguridad alimentaria juegan un papel crucial en la prevención de enfermedades transmitidas por alimentos. Al proporcionar conocimientos prácticos sobre higiene, manipulación y conservación de alimentos, estos talleres contribuyen a proteger la salud de los consumidores y a fortalecer la confianza en los sistemas alimentarios.

Además de los beneficios para la salud, los talleres de seguridad alimentaria promueven la sostenibilidad ambiental al fomentar prácticas agrícolas y de producción de alimentos más seguras y respetuosas con el medio ambiente.

En conclusión, invertir en la capacitación en seguridad alimentaria es una decisión inteligente que beneficia a toda la sociedad, desde los productores hasta los consumidores.

10.ANEXOS

Se anexan las actas y listados de asistencia

VERIFICACIÓN Y CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO DE ACTIVIDADES POR PARTE DEL COORDINADOR DEL PROYECTO
En mi calidad de coordinador del proyecto Plan de Intervenciones Colectivas certifico que la contratista **Jhoana Carolina Gil** realizó sus actividades conforme a lo estipulado en el contrato, de manera oportuna y con la calidad y eficiencia requeridas, así como en los tiempos establecidos para el desarrollo de cada una de ellas.

NATALIA OSSA TREJOS
C.C No. 1.116.444.098

Realizo :Natalia Ossa, psicóloga
Reviso : Rosa María Caballero, enfermera especializada.