ACTA N°

FECHA: 25 de octubre de 2024

HORA: 12:00 pm

LUGAR: jardín infantil caminos de la vida

TEMA: Socialización de las guías, alimentación complementaria menores de dos años madres gestantes y lactantes GABAS

OBJETIVO: Brindar orientaciones y herramientas a través de las guías GABAS para contribuir al fomento de estilos de vida saludables, al control de deficiencias o excesos en el consumo de alimentos y a la reducción del riesgo de enfermedades relacionadas con la alimentación, a través de mensajes comprensibles y buscan orientar a los, educadores.

ASISTENTES: Equipo de talento Humano y guarda de seguridad

DESARROLLO:

Siendo la 12:00 pm se realiza un encuentro con el equipo de talento humano y la guarda de seguridad del jardín infantil caminos de la vida, para dar inicio a la socialización de las GABAS guías alimentarias basadas en alimentos para las mujeres gestantes, madres en periodo de lactancia y niños y niñas menores de 2 años, dando claridad que las guías alimentarias son un conjunto de planteamientos que brindan orientación a la población sobre el consumo de alimentos, con el fin de promover un completo bienestar nutricional, son dinámicas, flexibles y temporales, toman en cuenta el patrón alimentario e indican los aspectos que deben ser modificados o reforzados y su principal objetivo de las Guías Alimentarias es contribuir al fomento de estilos de vida saludables, al control de deficiencias o excesos en el consumo de alimentos y a la reducción del riesgo de enfermedades relacionadas con la alimentación, a través de mensajes comprensibles, y buscan orientar a familias, educadores, asociaciones de consumidores, medios de comunicación e industria de alimentos, entre otros actores sociales.

Las recomendaciones están en infogramas de fácil lectura y divididas según la edad: tipos de alimentos a brindar y consistencia de los alimentos. Para las gestantes y

lactantes, adicional de las recomendaciones alimentarias, se resaltan los controles médicos y los productos nocivos durante la gestación o la lactancia. Se realiza la lectura de las gabas con la siguiente información

- Para que los niños y niñas crezcan sanos e inteligentes bríndeles solamente leche materna Durante los primeros seis meses de vida
- Como trabajador promover, proteger y apoya la lactancia materna no regale ni incentive el consumo de leche de tarro en polvo o líquidas
- Para favorecer la salud y nutrición de los niños y niñas ofrezca a partir de los 6 meses de edad alimentos variados frescos y naturales preparados en el local y continúe amamantando hasta los 2 años o Más

Guía para la introducción de alimentos para niños y niñas de 6 a 23 meses

- A partir de los 6 meses de edad ofrezca a los niños y niñas la diversidad de alimentos propios de su territorio
- Permite al bebé y el contacto con los alimentos mientras comes para que el experimente de forma segura sus texturas olores y sabores
- Señales de hambre saciedad y obras de sueño los dos primeros años de vida
- No ofrezcas un niño o niña leches de tarro con Botas comerciales cereales de caja para bebés productos de paquetes carnes frías comida rápidas y bebidas azucaradas
- Para el desarrollo de los niños y las niñas promuevan actividades que involucre el juego y el movimiento
- En el momento de la Alimentación evité la televisión teléfono y otras distracciones
- Reflexiones sobre la información publicidad de alimentos y bebidas presentada en la televisión radio y otros medios de comunicación no toda está orientada a favorecer su salud y nutrición consulte las guías alimentarias basadas en alimentos

ACTA N°

MUJERES GESTANTES

- Por su salud y la de su bebé consuma alimentos frescos variados y naturales como lo indica el plato saludable de la familia colombiana
- Comparta y disfruten compañía alimentos tradicionales y saludables por su salud y la de su bebé no consuma comidas rápidas productos de paquete gaseosas bebidas azucarados y energizantes
- Para tener un embarazo saludable reduzca el consumo de sal y evite carnes frías salsas caldos en cubo y sopas de sobre
- Así está los controles prenatales desde que se entere que está embarazada esto contribuye a su buen estado de salud y el del bebé

MADRES EN PERIODO DE LACTANCIA

Alimente a su bebé con leche materna esto contribuye a recuperar su peso prevenir el cáncer de mama y ovario y fortalecer el vínculo entre madre e hijo aumenta el consumo de agua y prefiere Alimentos como carnes vísceras rojas pescado lácteos huevos leguminosas, frutas y verduras

Como mujer lactante tiene el derecho a que su pareja para mí y familia sociedad apoyen para hacer la lactancia materna una práctica exitosa



Elaboró: Mayerli Cardoso mesa

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Bertilda Salas	Coordinadora	J.I. Caminos de la Vida	
Camilo Garcia Rosas	Auxiliar administrativo	J.I. Caminos de la Vida	
Stephania moreno	Docente	J.I. Caminos de la Vida	
Sandra Bustos	Docente	J.I. Caminos de la Vida	
Diana Vásquez	Docente	J.I. Caminos de la Vida	
Mayerly Cardoso	Docente	J.I. Caminos de la Vida	
Claribel Galindo	Docente	J.I. Caminos de la Vida	
Nandy Pineda	Docente	J.I. Caminos de la Vida	
Aldy paez	Docente	J.I. Caminos de la Vida	
María Alcira Sarmiento	Auxiliar Pedagógica	J.I. Caminos de la Vida	
Martha chala	Auxiliar Pedagógica	J.I. Caminos de la Vida	
Mercedes Sierra	Auxiliar Nutrición	J.I. Caminos de la Vida	
Gloria Jara	Auxiliar Nutrición	J.I. Caminos de la Vida	
Luisa Celis	Auxiliar Nutrición	J.I. Caminos de la Vida	
Epifanía Mesa	Auxiliar Servicios Generales	J.I. Caminos de la Vida	
Yazmin Orozco	Auxiliar Servicios Generales	J.I. Caminos de la Vida	
Alejandra Melo	Auxiliar Servicios Generales	J.I. Caminos de la Vida	