GUIA TÉCNICA
ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 5 AÑOSLOS MOMENTOS DE ALIMENTACIÓN COMO OPORTUNIDAD PARA EL POTENCIAMIENTO DEL DESARROLLO INFANTIL EN LOS JARDINES INFANTILES DEL DISTRITO CAPITAL



ELABORÓ	ELABORÓ	REVISÓ	REVISÓ	REVISÓ
ANA JULIETA PULIDO SERRANO, IVÁN ANDRÉS RAMÍREZ NOY, CLAUDIA MONROY Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	ANA MARCELA GÓMEZ - SERGIO F. PRIETO Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	FRANCY PAOLA CONTRERAS GONZÁLEZ Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	CAMILA ÁLVAREZ HERRERA Subdirección de Acciones Colectivas Subsecretaría de Salud Publica	ÁLVARO HERNÁN DUARTE Subdirección de Determinantes en Salud Subsecretaría de Salud Publica
Secretaría Distrital de Integración Social			Secretaria Distrital de Salud	



ESTANDAR NUTRICIÓN Y SALUBRIDAD

GUÍA TÉCNICA

Alimentación saludable para niños y niñas de 2 a 5 años
Los momentos de alimentación como oportunidad para el potenciamiento del desarrollo infantil en los Jardines Infantiles del Distrito Capital

ALCALDIA MAYOR
DE BOGOTA D.C.

Versión: 02
Fecha: Octubre de 2015

OBJETIVO

Promover la alimentación saludable en el marco del enfoque AIPI (Atención Integral a la Primera Infancia); con el talento humano de los servicios sociales de primera infancia a través del reconocimiento del momento de alimentación como espacio estratégico de cuidado calificado y **potenciamiento** del desarrollo que responda a las necesidades nutricionales particulares, a los ritmos individuales de desarrollo y a las historias de alimentación familiar.

ALCANCE

Desde la resignificación de la importancia del momento de la alimentación **hasta** el diseño e implementación de estrategias dirigidas a enriquecer los momentos y espacios de alimentación a través de dinámicas positivas para la generación de hábitos alimentarios saludables de las niñas, niños y sus familias.

BASE LEGAL

- Constitución Política de Colombia, 1991. Artículo 44: "Son derechos fundamentales de los niños, la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada. La familia, la sociedad y el Estado tienen la obligación de asistir y proteger al niño para garantizar su desarrollo armónico e integral.
- Ley 12 de 1991: principios de protección integral de la niñez en una doble dimensión: garantía de los derechos de los niños y protección en cuanto se encuentren en condiciones especialmente difíciles y la corresponsabilidad del Estado, la sociedad y la familia en la obligación de asistir y proteger a la niñez para asegurar su desarrollo armónico integral en ejercicio de sus derechos.
- Ley 1098 de 2006 Código de Infancia y de Adolescencia.
- Decreto 508 de 2007, por el cual se adopta la Política Pública de Seguridad Alimentaria y Nutricional para Bogotá.
- Resolución 0664 de 2006, por la cual se adopta el Manual de Procedimientos del Servicio de Alimentación que hace parte del proyecto

ELABORÓ	ELABORÓ	REVISÓ	REVISÓ	REVISÓ
ANA JULIETA PULIDO SERRANO, IVÁN ANDRÉS RAMÍREZ NOY, CLAUDIA MONROY Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	ANA MARCELA GÓMEZ - SERGIO F. PRIETO Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	FRANCY PAOLA CONTRERAS GONZÁLEZ Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	CAMILA ÁLVAREZ HERRERA Subdirección de Acciones Colectivas Subsecretaría de Salud Publica	ÁLVARO HERNÁN DUARTE Subdirección de Determinantes en Salud Subsecretaría de Salud Publica
Secretaría Distrital de Integración Social			Secretaria Distrital de Salud	

Seguridad Alimentaria y Nutricional.
- Ley 1355/09 Ley de Obesidad
- Acuerdo 498 de 2012 del Consejo de Bogotá, D.C. Establece estrategias integrales de promoción de alimentación saludable y actividad física que mejoren la calidad de vida y salud de la población expuesta a/o problemas de sobrepeso y obesidad en el Distrito Capital.
- Resolución 57/04 Asamblea Mundial de la Salud- Estrategia mundial Alimentación saludable para toda la población
- Política Pública de Seguridad Alimentaria y Nutricional para Bogotá, D.C. 2007-2015
- Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021

JUSTIFICACIÓN

Garantizar el derecho de las niñas y niños a una adecuada alimentación, que a la vez contribuya a alcanzar un adecuado crecimiento y desarrollo implica para los diferentes servicios de educación inicial reflexionar y construir conocimiento en torno a ¿Qué comer?, ¿cómo comer?, ¿cuándo comer?, ¿cuánto comer? así como sobre el rol del adulto en esta dinámica.

Históricamente la principal preocupación en torno a la alimentación durante la primera infancia ha sido el ¿qué? y el ¿cuánto?, al respecto son diversos los documentos a nivel internacional y nacional que abordan tanto el tipo y cantidades de alimentos que deben ser consumidos de acuerdo a las diferentes edades y condiciones. Sin embargo al mismo tiempo se ha invisibilizado el ¿cómo comer?, restándole importancia al valor del momento de alimentación como oportunidad de potenciamiento del desarrollo y espacio de aprendizaje y amor.

El momento de la alimentación de las niñas y los niños se enmarcan dentro de los siguientes enfoques.

Enfoque de Atención Integral: En este enfoque la atención se fundamenta, desde la prevalencia de los derechos de niñas y niños, y el requerimiento de garantizarlos todos simultáneamente sin ir en detrimento de ninguno de los derechos en particular.

Enfoque de derechos:El enfoque de derechos humanos apunta esencialmente a otorgar poder a las personas por la vía del reconocimiento de derechos; las niñas y los niños tienen todos los derechos de cualquier ser humano y, además, algunos derechos adicionales establecidos para garantizar su protección y desarrollo durante el comienzo de la vida.

La Convención Internacional sobre los Derechos del Niño – CDN enfatiza el hecho de que estos son sujetos de derechos y los derechos en

ella contenidos se orientan a garantizar el pleno ejercicio de su existencia, desarrollo, ciudadanía y protección

La ley 1098 del 2006 Código de Infancia y Adolescencia enmarca en el artículo 7 la protección integral de las niñas y los niños con cuatro tipos de acción afirmativa de los derechos, conforme a lo estipulado en la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño: reconocimiento, garantía, prevención y restablecimiento.

Enfoque diferencial:
El enfoque diferencial afirma como principio que ciertos grupos o personas tienen necesidades diferenciadas de protección, las cuales deben reflejarse en los mecanismos legales y de política pública construidos para su beneficio.
En este enfoque se tienen en cuenta los derechos y las necesidades específicas de los individuos según su pertenencia a diferentes grupos poblacionales (género, grupos étnicos, grupos religiosos diferenciados, entre otros), según condiciones o circunstancias específicas de diferencia, desventaja o vulnerabilidad física, psicológica, social, económica, cultural, de diversidad sexual, o por haber sido afectados o ser víctimas de situaciones catastróficas o de alto impacto emocional y social como desastres (naturales o antrópicos), cualquier tipo de violencia, orfandad, etc.
El análisis y reflexión a partir de estos enfoques, permite observar como en los momentos de alimentación se entrelaza simultáneamente la garantía de los Derechos de los niños y las niñas, entre ellos, el derecho a la adecuada Alimentación y a la Seguridad alimentaria, a la Salud, la Educación y la Diversidad.

¿Cuáles derechos confluyen durante los momentos de alimentación de los niños y las niñas?

El Derecho a la Alimentación y a la Seguridad Alimentaria. La Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional para Bogotá 2007-2015, establece como derecho a la alimentación: "el derecho a tener acceso, de manera regular, permanente y libre… que garantice la vida psíquica y física, individual y colectiva, libre de angustias, satisfactoria y digna", bajo tal premisa, las medidas de política pública mediante las cuales el Distrito Capital se encarga de proteger este derecho incluyen la promoción, la protección, y la defensa de la lactancia materna y de la alimentación infantil saludable, apoyando el espacio de la familia; de ésta manera los adultos velarán por el cumplimiento de este derecho en sus niños y niñas.
Está evidenciado científicamente que en los primeros años de vida se crean las bases sobre la cuales se establecen las habilidades, capacidades y potencialidades que determinarán el desarrollo del ser humano a nivel individual y social. Garantizar el derecho a la alimentación de las niñas y niños durante la primera infancia contribuye a garantizar el desarrollo integral no solo durante esta etapa sino

durante toda la vida

El Derecho a la Salud. La Convención de los Derechos de la Niñez, contiene diferentes artículos dirigidos a la garantía del derecho al más alto nivel de salud posible. Especialmente, el artículo 6 (sobre la vida, supervivencia y desarrollo), el art.24 (al mejor estado de salud posible y acceso a los servicios de salud), art 2 (no discriminación, respeto igualitario), art. 3 (interés superior del niño/a), art.12. (escuchar a los niños y niñas y considerarlos seriamente), entre otros.

El Derecho a la Educación. En los momentos de alimentación, confluye el interés por la Educación para la Salud, definido como "un proceso de educación permanente que se inicia en los primeros años de la infancia, orientado hacia el conocimiento de sí mismo en todas sus dimensiones tanto individuales como sociales, y también del ambiente que le rodea en su doble dimensión, ecológica y social, con objeto de poder tener una vida sana y participar en la salud colectiva" (Perea Quesada R, 1992, p 15)

Tanto en las familias como en los jardines infantiles la Educación para la salud exige formar a los niños y niñas para la prevención de enfermedades a través de la promoción de estilos de vida saludable, entre ellos el de Alimentación saludable. Reconocer y potenciar las capacidades de los niños y niñas implica desarrollar actitudes y comportamientos positivos especialmente durante los momentos de alimentación.

La Participación infantil como derecho, se reconoce en leyes y tratados internacionales, los artículos 12,13 y 15 de la Convención sobre los Derechos del Niño (1989), aplicado al momento de la alimentación se encuentra "expresado a través de sus opiniones y de la participación en todo lo relacionado con los alimentos. Al respecto el módulo de Alimentación y Desarrollo infantil del Currículo para la formación de familias "el niño y la niña pueden expresar su opinión con relación a los alimentos que le agradan y los que no… es importante que el adulto se exprese frente a lo manifestado por el niño y reconozca que sus hijos e hijas tienen derecho a pensar y sentir diferente" (SDIS, 2012, p19)

¿Cómo reconocer a cada niño y niña, y sus particularidades, en este momento de alimentación?

El enfoque diferencial se fundamenta en el reconocimiento de "(...) la pluralidad de condiciones, situaciones y formas de estar en la vida, conllevando al planteamiento de modificaciones en la valoración de identidades, subjetividades y expresiones particulares" (SDIS, 2012a, p.116). Por ello, las acciones están encaminadas a reconocer y acompañar las particularidades de cada niña, cada niño y sus familias. En este sentido, el enfoque diferencial se comprende como un proceso, en el que emergen todas aquellas mediaciones, intercambios, interacciones

y ajustes que el adulto debe garantizar para favorecer distintas experiencias, oportunidades de desarrollo y aprendizaje, acordes con las particularidades, requerimientos y potencialidades de las niñas, los niños, sus familias y comunidades

Se destaca que en lo relacionado con la alimentación de las niñas y los niños, se debe prever estrategias de intervención encaminadas a la capacitación de familias, padres y madres, agentes educativos y cuidadores, para la garantía de sus derechos y la corresponsabilidad de todos los actores, de manera que se pueda incidir en las pautas de crianza, la pedagogía del afecto, los valores, la economía familiar, etc.
Construir acciones que respondan a las particularidades de las niñas y los niños en el marco de la atención integral a la primera infancia, implica asumir el enfoque diferencial como una forma de agudizar la mirada, tanto para identificar la riqueza de la diversidad de las relaciones humanas, como las situaciones de inequidad, discriminación y segregación, que se dan producto de la negación de la diversidad y la diferencia y su invisibilización, y que no permiten el goce pleno de derechos; todo ello con el fin, de fortalecer y transformar las prácticas de atención y promover la construcción de una generación que reconoce, respeta y celebra la diferencia y la diversidad.

¿Cómo garantizarlos simultáneamente?

Para garantizar que el ***discurso de derechos*** se manifieste en la ***cotidianeidad de los niños y niñas*** es necesario resignificar el momento de la alimentación más allá de una mirada fisiológica ó mecánica, para valorarlo en toda su extensión. El hecho alimentario multidimensional se convierte en un fenómeno no solo biológico, nutricional o médico sino social, psicológico, económico, simbólico, religioso y cultural. La antropología nutricional, combina perspectivas distintas desde la antropología cultural como de la biología, en un intento de integrar estudios de comportamiento humano y de la organización social con aquellos del estado nutricional, requerimientos de nutrientes y crecimiento. Siendo por lo tanto una aproximación bio-cultural.

En torno al alimento se producen interacciones sociales que se caracterizan por una comunicación plena de símbolos, sentidos y significados que se comparten y que nos permiten reconocernos en una familia y una sociedad.
El enfoque diferencial en cuanto a la alimentación y la nutrición de las niñas y los niños pasa por valorar los actores y elementos que confluyen en cada momento de alimentación, en primer lugar las niñas y los niños, el alimento en sí, los adultos que orientan, el entorno, las interacciones que se desencadenan. Reconocimiento y valoración de lo propio así como del otro, avanzando en el camino de respeto hacia la diversidad alimentaria de las familias que habitan la ciudad de Bogotá.

ELABORÓ	ELABORÓ	REVISÓ	REVISÓ	REVISÓ
ANA JULIETA PULIDO SERRANO, IVÁN ANDRÉS RAMÍREZ NOY, CLAUDIA MONROY Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	ANA MARCELA GÓMEZ - SERGIO F. PRIETO Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	FRANCY PAOLA CONTRERAS GONZÁLEZ Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	CAMILA ÁLVAREZ HERRERA Subdirección de Acciones Colectivas Subsecretaría de Salud Publica	ÁLVARO HERNÁN DUARTE Subdirección de Determinantes en Salud Subsecretaría de Salud Publica
Secretaría Distrital de Integración Social			Secretaria Distrital de Salud	

MARCO CONCEPTUAL

NUTRICION Y ALIMENTACIÓN

¿Qué es alimentación saludable?

Para poder entender lo que implica el concepto de alimentación Saludable, se hace necesario considerar de manera diferenciada tanto el concepto de nutrición como el de alimentación, los cuales son complementarios.

Nutrición

La Organización Mundial de la Salud define la Nutrición como la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo, esta definición implica que el proceso de nutrición tiene lugar justo después de la ingesta de alimentos y que es un proceso eminentemente involuntario. Según lo anterior, podríamos definir la nutrición como el conjunto de procesos individuales e involuntarios, (ingestión, digestión, absorción, metabolismo, excreción, etc.) y funciones armónicas y coordinadas entre sí, que tienen lugar en todas y cada una de las células del organismo y de las cuales depende la composición corporal, la salud y la vida misma. (Liliana Ladino, 2010 p 35).

Los nutrientes son todas aquellas sustancias con energía química almacenada capaz de ser utilizada por el organismo como energía metabólica y desempeñan una función nutricional, cuya carencia en la alimentación causa necesariamente enfermedad. Se clasifican en macro y micro nutrientes. (Liliana Ladino, 2010).

Se denomina como macro-nutrientes a aquellos nutrientes cuyas moléculas son complejas y de gran tamaño, dentro de los macro-nutrientes encontramos: Hidratos de carbono, Lípidos y proteínas. Los micronutrientes son aquellos cuyas moléculas son de menor tamaño que los macro-nutrientes. Dentro de los micronutrientes encontramos: Vitaminas y Minerales. La energía se define como la capacidad para realizar trabajo. La energía se libera por el metabolismo de los alimentos, que deben suministrarse con regularidad para satisfacer las necesidades de energía para la supervivencia del organismo.(Krause, 2008 p 19-20)

Alimentación

La alimentación, a diferencia de la nutrición, no es un proceso involuntario, implica la voluntad de los seres humanos de consumir alimentos no siempre para satisfacer necesidades nutricionales para su crecimiento y desarrollo (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas, minerales, fibra y agua) sino también para satisfacer otro tipo de necesidades de orden psicológico y social.

En este sentido, es importante entender la alimentación como un proceso voluntario condicionado por el conocimiento, a disponibilidad y el acceso a los alimentos, que a su vez influyen en la selección y distribución de los mismos en la dieta diaria" (Comisión Intersectorial para la Atención Integral de primera infancia, s.f., p. 24).

Alimentación saludable

De acuerdo a lo anterior se puede encontrar que la alimentación y la nutrición humana se articulan para propender a mejorar la calidad de vida del individuo, y cuando en el proceso alimentario y nutricional se incorpora el reconocimiento de las particularidades, creencias, gustos y cultura desembocamos en la concepción de una alimentación saludable, la cual aporta no solamente al desarrollo físico del individuo, sino también en su desarrollo mental, emocional y humano.

La Comisión Intersectorial para la Atención Integral de Primera Infancia define la alimentación saludable como "aquella que es completa, equilibrada, variada, suficiente, adecuada e inocua.

Principios de la Alimentación	
Completa	Una alimentación completa es aquella que contiene todos los nutrientes (proteínas, grasas, carbohidratos, vitaminas y minerales) que el organismo requiere para su correcto funcionamiento.
Equilibrada	Una alimentación equilibrada es aquella en la que existe un adecuado balance entre las cantidades o porcentajes de los distintos nutrientes, con respecto al aporte calórico total de la dieta
Variada	Es la que incluye en la dieta regular, los distintos grupos de alimentos de una manera armónica
Suficiente	Es aquella que cubre más del 90% de las calorías que se recomiendan por día y por grupo etario.
Adecuada	Una alimentación adecuada es la que responde a las condiciones de cada persona de acuerdo con su edad, sexo, actividad física, estado de salud, condición fisiológica, hábito cultural y presupuesto
Inocua	Es aquella que es segura y apta para el consumo humano y no ocasiona riesgos de enfermedades transmitidas por los alimentos, llamadas ETA´s, que ponen en peligro la salud y la vida, como las diarreas, las intoxicaciones e infecciones intestinales

Fuente: Comisión Intersectorial para la Atención Integral de primera infancia, s.f., p. 30.

Ahora bien, si intentamos ir más allá de lo fisiológico en el desarrollo del concepto, empezamos a encontrar que la alimentación saludable también toca aspectos culturales, psicológicos y sociales, esta complejidad en el concepto exige que la forma de abordarlo sea integral, en este sentido, al hablar de alimentación saludable no podemos referirnos exclusivamente a lo que se come, sino también a cómo se come, cuándo se come, y más importante aún, por qué se come.

Alimentarse de manera saludable es algo más que satisfacer una necesidad fisiológica para facilitar un desarrollo físico, es el **momento en que las relaciones interactivas son inevitables y donde la adquisición y el desarrollo de hábitos sociales, culturales, etc, pueden ser incorporados por los niños y las niñas de manera sencilla**. Por eso es importante tener en cuenta que los momentos de alimentación son fuentes de placer, de contactos íntimos y estimulaciones, de intercambios sociales y de transmisión de afecto.

Educación Alimentaria y Nutricional (EAN)

Desde los diferentes servicios de la SDIS dirigidos a la primera infancia se deben realizar acciones encaminadas a la Educación alimentaria y nutricional que complementen el apoyo alimentario que se brinda a las niñas y niños, tanto desde el ámbito familiar como desde el ámbito institucional. La EAN debe realizarse en primer lugar desde el talento humano de los servicios de educación inicial: maestras, profesionales interdisciplinarios y personal de servicios, para llegar a las niñas niños y familias, a través de la lectura de la realidad y el diálogo de saberes para lograr mayores y mejores resultados en la conducta alimentaria de la comunidad.

Idealmente La EAN, es una herramienta que da autonomía al educando, para que pueda asumir con plena conciencia, la responsabilidad de sus actos relacionados con la alimentación: es un término que está en consonancia con la estrategia educativa del autocuidado (Cervato-Mancusso 3002, citado en Pava 2013 p. 26).

Educar para la alimentación saludable demanda: la confrontación de nuevas prácticas con las representaciones sociales de los alimentos y con su significado simbólico y la resignificación y la construcción de nuevos sentidos para el acto de comer (BOOG 2008, citado en pava 2013 p. 32)

ELABORÓ	ELABORÓ	REVISÓ	REVISÓ	REVISÓ
ANA JULIETA PULIDO SERRANO, IVÁN ANDRÉS RAMÍREZ NOY, CLAUDIA MONROY Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	ANA MARCELA GÓMEZ - SERGIO F. PRIETO Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	FRANCY PAOLA CONTRERAS GONZÁLEZ Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	CAMILA ÁLVAREZ HERRERA Subdirección de Acciones Colectivas Subsecretaría de Salud Publica	ÁLVARO HERNÁN DUARTE Subdirección de Determinantes en Salud Subsecretaría de Salud Publica
Secretaría Distrital de Integración Social			Secretaria Distrital de Salud	

ALIMENTACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL

Durante el primer año de vida las niñas y los niños duplican su longitud (crecen 25cm) y triplican su peso (aumentan 6 kg). A los tres años de edad el preescolar ya tiene aproximadamente la mitad de la talla que tendrá en la vida adulta, pues crece de 5 a 7 cm por año, en esta etapa aumenta entre 2.5 a 3 kg al año y esa apariencia de piernas, caras y brazos gorditos poco a poco va quedando atrás (Del Castillo S., Heredia P., 2006 P. 26).

El índice de crecimiento disminuye después del primer año de vida. Los aumentos reales son leves en comparación con aquellos de la etapa del lactante y la adolescencia. El crecimiento es uniforme y lento durante la etapa preescolar y escolar. Las proporciones corporales de los niños pequeños cambian de manera significativa: hay poco crecimiento cefálico, el crecimiento del tronco es lento y las extremidades se alargan considerablemente para dar una proporción corporal más madura. Estos cambios son graduales y sutiles durante un periodo de varios años (Mahan K, Escott S., 1998 P. 262). Al igual que el crecimiento físico no es uniforme, tampoco lo es la ingesta de alimentos. El apetito, aunque subjetivo, indica la velocidad de crecimiento y las necesidades nutricionales, un "buen apetito" en la infancia llega a ser un apetito de "regular a pobre" en la etapa preescolar, lo que a menudo provoca ansiedad en padres y cuidadores (Mahan K, Escott S., 1998 P. 267).

En esta etapa de la vida las niñas y los niños alcanzan habilidades psicomotoras, socio afectivas y en el lenguaje, en muy poco tiempo. Logran el control de esfínteres, demandan con precisión la ayuda que requieren y distinguen las diferencias de género. Desarrollan una gran autonomía e iniciativa, son ocurrentes y consolidan su relación con el entorno. Durante esta etapa existe una estrecha relación entre los pesos y las tallas de las niñas y los niños y las cantidades de alimentos que consumen. Por esta razón los objetivos de la alimentación en esta edad son asegurar un crecimiento y desarrollo adecuados, teniendo en cuenta su actividad física y, de igual manera promover hábitos alimentarios saludables para prevenir enfermedades nutricionales a corto y largo plazo (Del Castillo S., Heredia P., 2006 P. 27).

Debido a que el crecimiento es lento durante estos años también disminuye el apetito, lo que a menudo provoca preocupación por parte de los adultos. Las niñas y los niños tienen menos interés en los alimentos y más interés en el mundo que los rodea. Con frecuencia este es un tiempo difícil para los padres y cuidadores ya que hay preocupación sobre la adecuación de la dieta y frustración con la conducta las niñas y los niños que aparentemente es irracional con respecto a los alimentos. Los conflictos sobre el control de la situación a la hora de comer son infructuosos, no debe forzarse a comer. Los adultos necesitan comprender que este periodo es parte del desarrollo y que es temporal, ellos deben establecer qué alimentos se ofrecen, y poner límites a conductas inadecuadas. El control rígido no es exitoso ni tampoco dejar al niño

hacer lo que quiera. Las niñas y los niños preescolares tienden variar de manera considerable sus ingestas de comida durante el día, pero su ingesta energética total se mantiene bastante constante. (Mahan K, Escott S., 1998 P. 270).

En la etapa preescolar y escolar se forman hábitos y actitudes que perdurarán para toda la vida, una buena nutrición depende de una relación alimentaria positiva. Muchos problemas alimentarios tienen su origen en etapas tempranas de la vida y se deben, por lo general, a una relación deficiente entre la niña, el niño y la persona que se encarga de su alimentación (Casanueva E., et al, 2008, p. 86).
La familia es la principal influencia en el desarrollo de hábitos alimentarios. Los padres y los hermanos mayores son modelos significativos para las niñas y niños pequeños ya que aprenden e imitan a los individuos de su ambiente inmediato. Las actitudes de los padres hacia los alimentos han mostrado ser un fuerte elemento para predecir los gustos y rechazos a los alimentos. Las niñas y niños pequeños no tienen una capacidad innata para elegir una dieta balanceada y nutritiva, por lo tanto son los adultos los responsables de ofrecer una variedad de alimentos nutritivos y adecuados para el desarrollo (Mahan K, Escott S., 1998 P. 268)

Con base en los Principios de orientación para la alimentación complementaria del niño amamantado la OPS(2003), el principio de **alimentación perceptiva r**ecomienda aplicar los principios de cuidado psicosocial:

- ✓ Alimentar a los lactantes directamente y asistir a los niños mayores cuando comen por sí solos respondiendo a sus signos de hambre y satisfacción
- ✓ Alimentar despacio y pacientemente y animar a los niños a comer pero sin forzarlos
- ✓ Si los niños rechazan varios alimentos experimentar con diversas combinaciones, sabores, texturas y métodos para animarlos a comer
- ✓ Minimizar las distracciones durante las horas de comida
- ✓ Recordar que los momentos de comer son periodos de aprendizaje y amor,
- ✓ Hablar con los niños y mantener el contacto visual

Si bien estos principios están definidos para la alimentación complementaria, es de vital importancia su aplicación para los niños y niñas de 2 a 5 años ya que respetan sus gustos e individualidades y permiten integrar la educación y el amor.

DE LA RUTINA AL RITUAL. LA ALIMENTACION COMO MOMENTO PEDAGOGICO

"La rutina con sentido es otra cosa. Llamémosla ritual"
L´Ecuyer C, 2012, p 125)

El auténtico reto de la educación infantil es el reto de la calidad. Los aspectos cualitativos en el ámbito de la educación especialmente en la atención a niños pequeños, cobran una importancia trascendental, especialmente en cuanto a la capacidad de enriquecer las experiencias cotidianas de la vida. Al respecto el profesor Hoyuelos, insiste en que la escuela tiene que estar llena de rituales y no de rutinas "la verdadera calidad educativa emerge en los pequeños gestos cotidianos que vivimos en la escuela y que, sobre todo, se expresa en un tipo de actitud de los profesionales, y en una forma de entender la relación de la persona adulta con cada niño o niña, basada en el respeto, buen trato y en la mutua confianza". (Hoyuelos, 2014)

De acuerdo a Francisco Alberto García "En la vida de cualquier niña y niño, la alimentación es un momento importante, y no sólo porque de ella dependa su supervivencia" (1997) el momento de alimentación puede ser aprovechado como una oportunidad educativa que nos otorga la necesidad básica de la alimentación. Esta realidad, es válida para cualquier niña y niño. Es este el punto de partida que permite definir la necesidad de trascender la formación de hábitos a partir de rutinas, en donde siendo conscientes, además de suplir las necesidades físicas, debemos enriquecer estos momentos con la "sonrisa, la caricia y la comunicación".
Así mismo, el modelo Acunar (SDIS, 2014, p 103):

...concibe los rituales como acontecimientos significativos que buscan el potenciamiento del desarrollo y la adquisición de hábitos saludables por parte de los bebés, las niñas, los niños; se constituyen como esos momentos, prácticas y vivencias cotidianas que tienen un sentido claro y una intencionalidad orientada al bienestar físico y emocional de los mismos, donde la sensibilidad, el cariño y el afecto cumplen un papel relevante, así como también, el reconocimiento de particularidades, de condiciones especiales y de contextos sociales, económicos y culturales. El ritual en el Jardín Acunar, es el momento mismo en el cual se pone de manifiesto el principio de dignidad humana:

(…) La dignidad, como es sabido, equivale al merecimiento de un trato especial que tiene toda persona por el hecho de ser tal. Equivale, sin más, la facultad que tiene toda persona de exigir de los demás un trato acorde con su condición humana. (Sentencia SU-062/99) (Restrepo Ospina 2011,p.12)

ELABORÓ	ELABORÓ	REVISÓ	REVISÓ	REVISÓ
ANA JULIETA PULIDO SERRANO, IVÁN ANDRÉS RAMÍREZ NOY, CLAUDIA MONROY Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	ANA MARCELA GÓMEZ - SERGIO F. PRIETO Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	FRANCY PAOLA CONTRERAS GONZÁLEZ Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	CAMILA ÁLVAREZ HERRERA Subdirección de Acciones Colectivas Subsecretaría de Salud Publica	ÁLVARO HERNÁN DUARTE Subdirección de Determinantes en Salud Subsecretaría de Salud Publica
Secretaría Distrital de Integración Social			Secretaria Distrital de Salud	

El ritual invita a reconocer las particularidades desde las historias, las interacciones, el contexto para trabajar los sentidos y los significados desde cada cultura, a través del diálogo con las niñas y los niños, para que se convierta en una excusa de reconocer la historia y tradiciones del país y de sus territorios y de la memoria cultural a través de la alimentación.

Resignificar el momento de la alimentación como ritual de la alimentación implica un llamado a trascender de una mirada mecánica e incluso instrumentalizada de la alimentación. Al respecto L´Ecuyer en su libro Educar en el Asombro, profundiza sobre la importancia de humanizar la rutina. Las rutinas tienen una gran importancia en la adquisición de los primeros hábitos de aprendizaje, “una de las rutinas fundamentales en la etapa infantil la constituyen la hora de comer por la importancia que tienen el proceso de autonomía y desarrollo personal y social de los más pequeños”.

ALIMENTACIÓN COMO MOMENTO PEDAGÓGICO

Son diversos los argumentos que justifican la necesidad de una estructuración del momento de la alimentación a través de la planeación de estrategias pedagógicas que permitan que el momento de alimentación sea aprovechado como un espacio para la interacción social, el desarrollo de la autonomía, la exploración del medio y se establezcan hábitos alimentarios saludables.

Más allá de la reconocida relación biológica que existe entre la alimentación y el adecuado crecimiento, en las diferentes edades, la alimentación en sí misma constituye una oportunidad pedagógica. Alberto García y Jacoba Radrigan, exponen diversas características de los procesos de alimentación de acuerdo a sus investigaciones con niños pequeños con deficiencias, la mayoría de ellas, representativas de todos los niños de este grupo de edad, y que constituyen la base para el presente apartado. (1997).

Las posibilidades educativas que deben ser aprovechadas en el momento de alimentación son:

Oportunidad para el desarrollo emocional: El momento de alimentar a la niña y al niño permite el fortalecimiento de vínculos afectivos entre padres (cuidadores) e hijos y el desarrollo en ellos de sentimientos de autoconfianza. Siendo conscientes de la importancia de la alimentación, además de saciar físicamente esta necesidad, los adultos no deberíamos contentarnos con saciar físicamente la necesidad sin más, sino que deberíamos aprovechar esa oportunidad para que el placer "biológico" de la necesidad satisfecha se una el placer social de la sonrisa, y la comunicación (García y Radigan 1997).

Oportunidad para el desarrollo de la autonomía: Estimulando la participación activa de la niña y el niño, de acuerdo a sus capacidades, para que tome el alimento con la cuchara o con sus manos aunque se ensucie. Imitación inicialmente de modelos

Los adultos deben favorecer la autonomía alimentaria de la niña y el niño ya que esto les da seguridad. La persona encargada debe confiar en la información que proviene de las niñas y los niños, si se les exige un comportamiento para el cual no tienen aún la madurez necesaria se corre el riesgo de comprometer su salud física y mental ; y si les pide menos de lo que están en capacidad de ofrecer (paladearlo y no dejarlo comer solo) se interfiere con el desarrollo de su confianza básica, su autonomía y su autoestima (Casanueva E., et al, 2008, citado en Cortés, Gómez 2014).

Oportunidad para el desarrollo del lenguaje: Para la adecuada adquisición del lenguaje, es imprescindible la adquisición de diversas actividades denominadas prefónicas (por utilizar los mismos músculos necesarios para la fonación), entre ellas, la succión, masticación y la deglución que promueven la coordinación, fuerza y agilidad para el desarrollo del habla. Según Müller "la alimentación desde el momento del nacimiento puede entender como el entrenamiento mudo de esa misma función" (1976)
El momento de alimentación es una ocasión natural para la adquisición de vocabulario, aprender palabras, nuevas, cortas y simples, de los alimentos...de sus características, de los utensilios.

Oportunidad para el desarrollo de la comunicación: La comunicación como base de la integración social representa también autonomía e independencia. Pérez Castelló, lo describe como una situación sociolingüística de intercambio comunicativo "donde no hay unas exigencias cognoscitivas demasiado elevadas", creando un entorno natural y relajado que facilita la comunicación. (1994).

Oportunidad para el desarrollo de la motricidad fina: habilidades como sostener una cuchara y dirigirla del plato a la boca.

RESPONSABILIDAD DE PADRES Y CUIDADORES FRENTE A LA ALIMENTACIÓN INFANTIL

Una relación alimentaria sana se apoya en el desarrollo de la niña y el niño y contribuye a que se formen actitudes positivas con respecto a su persona y al mundo que lo rodea; lo ayuda a que aprenda a discriminar las señales alimentarias de hambre saciedad, y a responder de manera apropiada a ellas, a que se consuma una alimentación correcta y a regular en forma conveniente la cantidad de alimentos que ingiere. La relación alimentaria alberga un gran potencial para prevenir y tratar problemas nutricionales. Según Ellyn Sater (Sater citada en Casanueva E.,et al, 2008, p. 87) los adultos encargados (padres, cuidadores, maestros) son responsables de qué alimentos se ofrecen y cómo

los ofrecen; por su parte la niña y el niño son responsables de cuánto comen, y de decidir si comen o no.

Los adultos encargados de la alimentación la niña y el niño son responsables de:

- ✓ Seleccionar y comprar los alimentos
- ✓ Preparar y ofrecer las comidas
- ✓ Regular los horarios de las comidas
- ✓ Ofrecer alimentos de manera que la niña y el niño puedan manejarlos
- ✓ Facilitar métodos de alimentación que la niña y el niño logren dominar
- ✓ Hacer agradables las horas de las comidas
- ✓ Apoyar a la niña y al niño a que participen en las comidas familiares
- ✓ Propiciar que la niña y el niño estén atentos a su alimentación
- ✓ Establecer ciertas reglas de comportamiento en la mesa
- ✓ Determinar los lugares donde se come
- ✓ Verificar que no existan problemas de salud que interfieran con el apetito o la alimentación

Los adultos encargados de la alimentación de la niña y el niño NO son responsables de:

- ✓ Decidir qué cantidad come la niña y el niño
- ✓ Decidir si la niña y el niño come o no
- ✓ Cómo se transforma el cuerpo de la niña y del niño

ASPECTOS A TENER EN CUENTA POR EL ADULTO AL MOMENTO DE OFRECER LOS ALIMENTOS

"La atmósfera y el ambiente a la hora de ingerir los alimentos es un factor determinante frente a las actitudes hacia la alimentación. Las expectativas exageradas de las normas de urbanidad unida con la amenaza de reprimenda pueden hacer la hora que la comida sea un momento terrible para la niña y el niño. Las discusiones y otras tensiones también pueden tener un efecto negativo. Las comidas que son precipitadas crean una atmósfera ajetreada y refuerzan la toma de alimentos con demasiada rapidez. Un ambiente positivo permite el suficiente tiempo para comer, tolera derrames ocasionales y favorece la conversación que incluye a todos los miembros de la familia" (Mahan K, Escott S., 1998, citado en Cortés, Gómez 2014).

ELABORÓ	ELABORÓ	REVISÓ	REVISÓ	REVISÓ
ANA JULIETA PULIDO SERRANO, IVÁN ANDRÉS RAMÍREZ NOY, CLAUDIA MONROY Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	ANA MARCELA GÓMEZ - SERGIO F. PRIETO Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	FRANCY PAOLA CONTRERAS GONZÁLEZ Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	CAMILA ÁLVAREZ HERRERA Subdirección de Acciones Colectivas Subsecretaría de Salud Publica	ÁLVARO HERNÁN DUARTE Subdirección de Determinantes en Salud Subsecretaría de Salud Publica
Secretaría Distrital de Integración Social			Secretaria Distrital de Salud	

INAPETENCIA INFANTIL

Para poder entender la inapetencia infantil es necesario establecer la diferencia entre apetito y hambre. Apetito es un deseo (como el sexual, el de superación, de gloria), el hambre es una necesidad. El hambre es una sensación desagradable e inaplazable, mientras que el apetito es placentero, pero puede posponerse. "los animales se alimentan por hambre, mientras que el hombre come además de lo que necesita (hambre), porque le causa la satisfacción de uno de sus deseos más sutiles: el apetito. (Plata E. 2002, p. 199).
Es normal que cuando las niñas y los niños enferman disminuya la sensación de hambre, debido a los procesos mediados por el sistema inmunológico para hacer frente a las infecciones. Si se da un adecuado manejo a esta inapetencia temporal por enfermedad, una vez se recupere se supera la inapetencia, pero si por el contrario se da un inadecuado manejo como obligarlos a comer, o manipularlos con premios, la inapetencia se puede volver duradera (habitual).

La expresión de la madre: "la niña o el niño no comen absolutamente nada", debe ser contrarrestada al preguntar cuáles son los alimentos que la niña y el niño comen voluntariamente, sin obligarlos ni forzarlos, a la cual generalmente la respuesta es que les fascinan las golosinas, es decir que sí sienten hambre, sí comen (no es anorexia), sólo que no consumen alimentos nutritivos. Otros no prefieren las golosinas sino que durante todo el día les dan líquidos y en las comidas no consume alimentos. Otras veces la madre insiste en que la niña o el niño no come es porque simplemente no recibe la sopa, así coma otros alimentos como huevos, carnes, frutas, verduras. Existe la creencia de que la sopa es indispensable en la alimentación de la niña y el niño y que sin ella no se alimentarán lo suficiente (Plata E. 2002, p. 200).

El apetito es fluctuante, puede variar a lo largo del día y al pasar de los días. En ocasiones a la niña o al niño le gustan los alimentos preparados de cierta manera, es conveniente acudir a estrategias culinarias para que la comida sea apetitosa para ellos, cuidando que el aporte nutricional sea adecuado. Algunas personas recomiendan formar una figura llamativa con los alimentos en el plato de comida de la niña o del niño, si bien en ocasiones puede resultar atractivo, esto no debe ser un condicionante a la hora de comer.

Muchos adultos no permiten que las niñas y los niños se alimenten por sí solos, es inaceptable que los adultos crean que la niña o el niño mayor de dos años (que ya tiene habilidad con sus manos) es incapaz de alimentarse solo y morirse de hambre si no se le da la comida, o que crean que es necesario jugarles o distraerlos para que coman sin darse cuenta. Estas condiciones hacen que la niña y el niño a pesar de que pueda sentir un poco de hambre prefiera poner a prueba hasta dónde puede obtener beneficios de los adultos al no comer. Lamentablemente con frecuencia al interrogar a la madre o cuidador se descubre que la niña y el niño es forzado y violentado para que coma (Plata E. citado en Cortés, Gómez 2014).

ELABORÓ	ELABORÓ	REVISÓ	REVISÓ	REVISÓ
ANA JULIETA PULIDO SERRANO, IVÁN ANDRÉS RAMÍREZ NOY, CLAUDIA MONROY Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	ANA MARCELA GÓMEZ - SERGIO F. PRIETO Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	FRANCY PAOLA CONTRERAS GONZÁLEZ Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	CAMILA ÁLVAREZ HERRERA Subdirección de Acciones Colectivas Subsecretaría de Salud Publica	ÁLVARO HERNÁN DUARTE Subdirección de Determinantes en Salud Subsecretaría de Salud Publica
Secretaría Distrital de Integración Social			Secretaria Distrital de Salud	

Esta falsa inapetencia es denominada por el pediatra Plata Rueda como pseudo-inapetencia, es decir falsa inapetencia. El problema no está en la niña o el niño sino en la mente de los adultos encargados de su cuidado, que nunca han recibido orientación sobre cosas tan simples como que para poder comer hay que tener hambre; que se requiere de cierta edad y aprendizaje para pasar sólidos, que la niña y el niño de más de un año come menos que el menor, sencillamente porque crece menos rápidamente; que el acto de comer debe ser agradable. Las niñas y los niños pseudo-inapetentes son sanos, activos, con crecimiento y desarrollo adecuados (Plata E. 2002, p. 201).

Los padres tienen un "modelo de trabajo" mental de la alimentación. Éste incluye variables como: qué se debe dar de comer, en qué cantidad, dónde, y cuál debe ser la duración de las comidas. El modelo implica también una teoría mental respecto a quién está en control de la comida y cómo se manejarán los problemas que surjan. Los padres con mayor riesgo de tener conductas contraproducentes son aquellos que han tenido experiencias negativas con los propios padres, sobre todo de indiferencia o agresividad de los padres hacia los hijos (Lartigue T., Maldonado M., Ávila H., 2002, P. 140)

Cuando el adulto quiere ejercer autoridad y la niña o el niño quiere afianzar su autonomía en la alimentación, se presenta una lucha de poderes. Un efecto secundario a esta lucha por autonomía es una atención exagerada a la comida por parte del adulto, quien intenta controlar a la niña o al niño aún más para que este coma, formándose así un círculo vicioso. Chatoor encuentra que las niñas y los niños son capaces de ignorar sus señales de hambre por un hambre psicológica: interés y excesivo envolvimiento con la madre o el cuidador (y el mismo fenómeno en el sentido recíproco, es decir de la madre hacia la niña o el niño) dificultándose el proceso de individulización. Al no comer, la madre o el cuidador se preocupa y se envuelve emocionalmente de modo excesivo con él (Chatoor citado en Lartigue T., Maldonado M, Ávil H., 2002 p.414).

Es posible que algunos trastornos de la alimentación sean secundarios a maniobras bien intencionadas pero inadecuadas para alimentar a la niña o al niño, por ejemplo si se lo fuerza a comer, mediante regaños, chantajes, amenazas o incluso el castigo físico, creando un círculo vicioso de interacciones negativas. En lugar de asociar la comida con un momento agradable de intercambio social, la comida se vuelve una expresión más de las tensiones y conflictos de la familia, creando recuerdos negativos y una actitud de enojo hacia el alimento y los padres. (Lartigue T., Maldonado M., Ávila H., 2002, P. 140).

Cuando la comida se utiliza a manera de recompensas y castigos, puede perder su sentido como elemento de supervivencia y como fuente de placer, las comidas en familia pueden perder su significado como momentos de interacción positiva, además las tristes consecuencias de

esto pueden ser desórdenes alimenticios graves. Una niña o un niño que piensa que debe castigarse a sí mismo por alguna razón, quizá crea que no comer nada es una buena manera de hacerlo (o por el contrario es posible que los postres o golosinas sean cada vez más atractivos para él) cuando uno de los padres dice: puedes repetir si te portas muy bien, una niña o un niño que siente una mayor necesidad de amor o de aprobación puede pensar que comer en exceso es una manera de lograrlo. (Brazelton. B., Sparrow J., 2005, P.234 Y 235)

El rechazo a tomar algún tipo de alimento es un comportamiento frecuente que se puede considerar incluso como normal, ya que en algún momento todos nos negamos a ingerir algún tipo de comida o alimento, los motivos pueden ser varios, deberse al olor, al sabor o a la dificultad de ingerir los alimentos.

DEFINICIÓN DEL PROCEDIMIENTO POR PARTE DEL TALENTO HUMANO DEL SERVICIO DE EDUCACIÓN INICIAL

Partiendo del análisis y reconocimiento de las diferentes situaciones, condiciones, hábitos y particularidades en torno a la alimentación de las niñas, niños y sus familias el talento humano planeará actividades que permitan enriquecer los momentos de alimentación.

Para ello, podrá:

- ✓ Participar en los escenarios, medios y estrategias de capacitación, divulgación y socialización que sean establecidos sobre el tema o temas asociados.
- ✓ Implementar los Documentos de Adecuado aporte nutricional de acuerdo a los Lineamientos y Estándares de Educación Inicial vigentes.(en los casos que aplique)
- ✓ Articular todas las acciones con el profesional nutricionista ó enfermera contratado por el servicio o modalidad de forma que este profesional realice:
- ✓ Orientación y articulación con las maestras y otros profesionales del servicio para el direccionamiento y atención de condiciones especiales.
- ✓ Diseño de estrategias para la Educación Alimentaria y Nutricional que enfoquen las problemáticas y situaciones cotidianas de los niños y niñas del servicio, y que sensibilicen y movilicen la mejora de hábitos de alimentación, a partir del diálogo y reconocimiento de saberes de las familias.
- ✓ Valoración, seguimiento y recomendaciones nutricionales articuladas con el servicio y con la familia de acuerdo a la situación.

RESPONSABILIDAD DEL JARDÍN INFANTIL

- ✓ Diseñar y aplicar el ciclo de menús correspondiente al grupo de edad atendiendo
- ✓ Promocionar de la alimentación saludable y fomentando prácticas de cuidado con padres, madres o cuidadores.
- ✓ El personal encargado de la preparación y manipulación de los alimentos debe tener la carne vigente del curso de manipulación de alimentos.

RESPONSABILIDAD DE LA EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO

- ✓ Verificar las condiciones higiénicas sanitarias del Jardín Infantil
- ✓ Expedir el Concepto higiénico sanitario.

DEFINICIÓN DEL PROCEDIMIENTO POR PARTE DEL JARDÍN INFANTIL

- ✓ Planificar actividades que permitan conocer y divulgar entre el personal del Jardín Infantil responsable de la atención de niños y niñas Guía Técnica Alimentación Saludable para niños y niñas de 2 a 5 años y los principios para la práctica de la alimentación perceptiva con las niñas y los niños pequeños haciendo énfasis en el manejo de consistencias acorde a las fases del desarrollo individual tanto como en la importancia del suministro de alimentos fuente de nutrientes críticos.
- ✓ Conocer las medidas de prevención y las recomendaciones contenidas en la Guía Técnica Alimentación Saludable para niñas y niños de 2 a 5 años.
- ✓ Participar en los escenarios, medios y estrategias de capacitación, divulgación y socialización que sean establecidos por parte de la Secretaría Distrital de Integración Social en conjunto con la Secretaría Distrital de Salud con fines de brindar conocimientos a los jardines infantiles para la promoción de la alimentación saludable.
- ✓ Elaborar el ciclo de menús teniendo en cuenta la Guía Técnica Alimentación Saludable para niñas y niños de 2 a 5 años utilizando y promoviendo el uso de recetas tradicionales de alta aceptación y disponibilidad a nivel local.
- ✓ Suministrar a niñas y niños de 2 a 5 años la alimentación de acuerdo al ciclo de menús elaborado.
- ✓ Hacer seguimiento al ciclo de menús suministrados a los niños y las niñas con el fin de determinar el cumplimiento del mismo frente a la Guía de Alimentación Saludable.
- ✓ Programar e implementar actividades para la promoción de la importancia de la Alimentación Saludable para niñas y niños de 2 a 5 años de edad con padres, madres o cuidadores; teniendo en cuenta la planeación de los recursos (tiempos, materiales, espacios, talento

humano, entre otros) y la elaboración de herramientas a través de las cuales se evidencie el cumplimiento de las actividades de promoción (por ej. registros de asistencia, actas, evaluaciones de satisfacción, volantes, circulares, entre otros). Cada Jardín Infantil definirá y desarrollará las estrategias que considere son más efectivas con la población atendida.

- ✓ Las estrategias para la promoción de la alimentación saludable para niñas y niños de 2 a 5 años de edad con padres, madres o cuidadores pueden ser de dos tipos: a) de información y divulgación, como por ejemplo, carteleras, boletines, volantes, afiches, folletos, correo electrónico institucional, Web institucional, campañas, jornadas pedagógicas; b) de orientación y asesoría, como por ejemplo, talleres, conferencias, reuniones y/o citas particulares con padres, madres o cuidadores, mesas de trabajo, grupos de estudio, grupos de interés, foros. Para estas actividades el Servicio Social puede apoyarse en las acciones positivas que realiza la empresa social del estado en las localidades o en su talento humano de apoyo cualificado.

RESPONSABLES

- ✓ El personal administrativo del Servicio Social que atiende población infantil menor de un año de edad será el encargado de conocer y adaptar el procedimiento de alimentación complementaria, y el personal operativo de ejecutarlo, preferiblemente acompañados y asesorados por un profesional Nutricionista-Dietista.

FORMATOS O REGISTROS

Frente a la ejecución del proceso existen dos insumos que son importantes de cumplir por parte de los jardines infantiles que atienden población infantil menor de un año de edad:

- ✓ Planeación y cronograma de capacitación para el personal del jardín responsable de la preparación de los alimentos a las niñas y los niños.
- ✓ Tablas de menús según lo indicado para cada grupo de edad.

Para la promoción de la alimentación saludable:

- ✓ Plan de acción para promoción con padres, madres o cuidadores
- ✓ Actas y listas de asistencia
- ✓ Volantes, circulares u otras estrategias de información y divulgación implementadas
- ✓ Evaluaciones de las actividades de promoción

SUPERVISIÓN O SEGUIMIENTO

ELABORÓ	ELABORÓ	REVISÓ	REVISÓ	REVISÓ
ANA JULIETA PULIDO SERRANO, IVÁN ANDRÉS RAMÍREZ NOY, CLAUDIA MONROY Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	ANA MARCELA GÓMEZ - SERGIO F. PRIETO Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	FRANCY PAOLA CONTRERAS GONZÁLEZ Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	CAMILA ÁLVAREZ HERRERA Subdirección de Acciones Colectivas Subsecretaría de Salud Publica	ÁLVARO HERNÁN DUARTE Subdirección de Determinantes en Salud Subsecretaría de Salud Publica
Secretaría Distrital de Integración Social			Secretaria Distrital de Salud	

La Supervisión o seguimiento estará a cargo de:

- ✓ Secretaria Distrital de Integración Social, a través del equipo que ejerza la función de inspección, vigilancia y control de la Educación Inicial.
- ✓ Hospitales locales

Para la supervisión se tendrá en cuenta:

- ✓ Verificar el cumplimiento de la alimentación complementaria acorde a la guía técnica.
- ✓ Verificar las condiciones higiénico sanitarias del Servicio Social

EVALUACIÓN

La alimentación que el Jardín Infantil ofrece a las niñas y los niños mayores de dos años de edad es acorde con lo indicado en el esquema nutricional.

BIBLIOGRAFÍA

- La alimentación del lactante y del niño pequeño. Capítulo Modelo para libros de texto dirigidos a estudiantes de medicina y otras ciencias de la salud. OMS, OPS. Washington, D.C.: 2010.
- Guías alimentarias para la población colombiana mayor de dos años, Ministerio de Salud Colombia 1999.
- Tabla de recomendación de consumo de calorías y nutrientes para la población Colombiana ICBF 2000.
- Tabla de Composición de Alimentos Colombianos, ICBF, 2006.
- Pautas para una alimentación saludable. Manual de trabajo para profesionales. SDS. Mayo de 2003.
- Política Nacional para la Seguridad Alimentaria y Nutricional 2011-2021.
- Minutas con Enfoque Diferencial, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2010
- Nutrición Humana en el Mundo en Desarrollo - Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación - FAO, Roma 2002.
- Estrategia AIEPI. 2012

ELABORÓ	ELABORÓ	REVISÓ	REVISÓ	REVISÓ
ANA JULIETA PULIDO SERRANO, IVÁN ANDRÉS RAMÍREZ NOY, CLAUDIA MONROY Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	ANA MARCELA GÓMEZ - SERGIO F. PRIETO Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	FRANCY PAOLA CONTRERAS GONZÁLEZ Creciendo Saludables - Fortalecimiento Técnico Subdirección para la Infancia	CAMILA ÁLVAREZ HERRERA Subdirección de Acciones Colectivas Subsecretaría de Salud Publica	ÁLVARO HERNÁN DUARTE Subdirección de Determinantes en Salud Subsecretaría de Salud Publica
Secretaría Distrital de Integración Social			Secretaria Distrital de Salud	