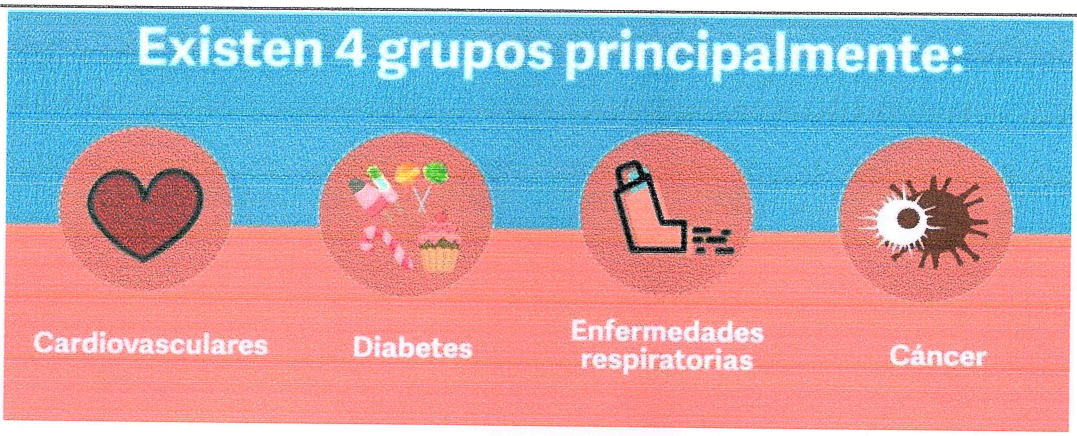


Aunque no son contagiosas, estas enfermedades son prevenibles en gran medida si adoptamos desde etapas tempranas estilos de vida saludables, especialmente relacionados con:

- Una alimentación equilibrada y natural
- La actividad física regular
- El control del estrés
- La disminución de productos ultraprocesados y bebidas azucaradas
- Evitar el consumo de tabaco y alcohol (cuando los niños crecen)

Contexto para padres y cuidadores

En Colombia y en el mundo, las ENT son la principal causa de muerte en adultos. Sin embargo, lo más preocupante es que sus raíces inician en la infancia, cuando los niños y niñas adquieren sus primeros hábitos en casa. Por ejemplo:

- Un niño que crece consumiendo gaseosa todos los días tiene mayor riesgo de desarrollar diabetes en su adolescencia o adultez.
- Un niño que no consume frutas ni verduras puede tener deficiencias nutricionales que afectan su crecimiento y su capacidad de aprendizaje.

Por eso, los primeros años de vida son fundamentales. Padres, madres y cuidadores tienen la oportunidad única de formar hábitos saludables que duren para toda la vida. Pequeños cambios como ofrecer agua en lugar de jugos azucarados, incluir verduras en las comidas o evitar alimentos empaquetados, pueden marcar una gran diferencia en la salud futura de los niños.

Importancia de la Nutrición en la Primera Infancia

La primera infancia, que abarca desde el nacimiento hasta los 5 años de edad, es una etapa fundamental para el desarrollo físico, emocional, cognitivo y social de los niños y niñas. En este periodo, el cuerpo y el cerebro crecen a un ritmo acelerado, por lo que la nutrición adecuada no solo es importante, sino decisiva.

Una alimentación balanceada y oportuna en los primeros años de vida permite que el niño:

- Alcance un crecimiento y desarrollo óptimos.
- Fortalezca su sistema inmunológico y esté mejor protegido frente a enfermedades.
- Mejore su capacidad de aprendizaje y concentración.
- Adquiera hábitos saludables que durarán toda la vida.

Por el contrario, una nutrición deficiente o desequilibrada puede causar:

- Desnutrición o, por el otro extremo, sobrepeso y obesidad infantil.
- Dificultades en el desarrollo del lenguaje, la motricidad y el pensamiento.
- Mayor riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles en la adultez, como diabetes tipo 2, hipertensión y enfermedades del corazón.

¿Qué implica una buena nutrición en esta etapa?

- Ofrecer alimentos variados y naturales: frutas, verduras, granos integrales, proteínas saludables y agua.
- Evitar productos ultraprocesados: gaseosas, jugos en caja, embutidos, comidas rápidas y alimentos muy salados o azucarados.
- Respetar horarios de comida y enseñar mediante el ejemplo.
- Promover el acto de comer como un momento de cuidado, afecto y aprendizaje.

El papel de padres y cuidadores

Ustedes son los primeros maestros de sus hijos. Lo que les ofrecen a diario, lo que comen en familia y cómo hablan de los alimentos, se convierte en la base de su relación con la comida. Por eso, una buena alimentación no es un lujo ni un detalle menor: es una forma de amar, proteger y preparar a los niños para un futuro saludable y feliz.

El Rol de los Padres y Cuidadores en la Formación de Hábitos Alimentarios Saludables

Los niños y niñas aprenden desde muy pequeños observando, imitando y repitiendo lo que ven en su entorno más cercano: el hogar. Por eso, padres, madres y cuidadores no solo alimentan con la comida, sino también con sus actitudes, palabras, ejemplos y rutinas.

¿Por qué su rol es tan importante?

- Modelan comportamientos: Los niños tienden a repetir lo que ven. Si ven a sus cuidadores consumir frutas, tomar agua y evitar productos ultraprocesados, es más probable que adopten esas mismas prácticas.
- Crean rutinas seguras: Horarios estables para comer, compartir la mesa en familia y preparar alimentos en casa ayudan a construir una relación saludable con la comida.
- Toman decisiones de compra y preparación: Son los adultos quienes deciden qué alimentos entran al hogar, cómo se cocinan y qué se ofrece como opción.
- Transmiten creencias y emociones: Frases como "si no comes todo, no hay postre" o "la comida se premia o se castiga" pueden alterar la forma en que los niños entienden el acto de alimentarse.

Claves para formar buenos hábitos desde el hogar

- Predicar con el ejemplo: Comer sano no debe ser solo para los niños; debe ser un esfuerzo familiar.
- Involucrarlos en la cocina: Permitir que ayuden a lavar frutas, mezclar ingredientes o servir la mesa los motiva a probar nuevos alimentos.
- Evitar usar la comida como castigo o premio: Esto crea asociaciones negativas o desbalanceadas.
- Crear un ambiente positivo al comer: Sin gritos, sin pantallas, con afecto y atención.

Un compromiso que cambia vidas

Formar hábitos saludables en la infancia no es una tarea de un día, sino un proceso constante que requiere coherencia, paciencia y cariño. Pero cada decisión diaria, por pequeña que parezca, como reemplazar una gaseosa por agua o incluir una fruta en la lonchera, puede marcar la diferencia en la salud presente y futura de los niños.
Los cuidadores no solo cuidan, también educan con el ejemplo y construyen bienestar.

Realizacion del Pre-Test (20 minutos)

Se aplicó un cuestionario diagnóstico de selección múltiple a todos los participantes para conocer su nivel de conocimiento. Las respuestas fueron leídas en voz alta en algunos casos, con apoyo del equipo para registrar la información, durante la aplicación del pre-test al inicio de la sesión, se evidenció que la mayoría de los participantes presentan **un nivel bajo de conocimiento en temas relacionados con hábitos alimentarios saludables y su impacto en la salud infantil.**

Muchos padres, madres y cuidadores tienen una percepción limitada sobre lo que constituye una alimentación equilibrada para la primera infancia. Se observó desconocimiento sobre:

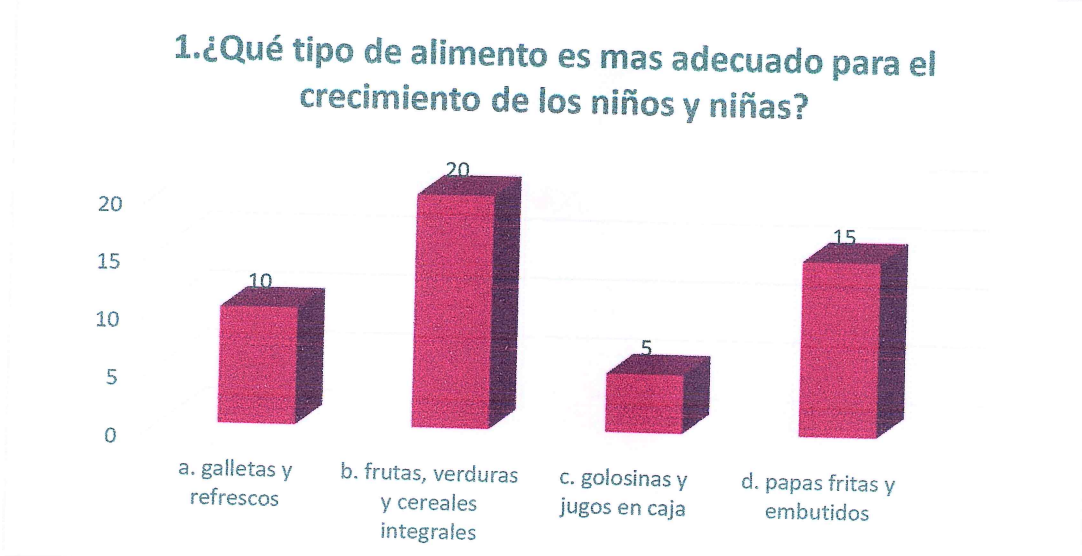
- La frecuencia y distribución adecuada de las comidas.
- La relación entre una mala alimentación infantil y el desarrollo de enfermedades crónicas en la adultez.
- La importancia de evitar productos ultraprocesados, bebidas azucaradas y snacks en la dieta de los niños.
- La cantidad de agua recomendada para los niños pequeños.
- El rol activo que desempeñan como cuidadores en la formación de hábitos mediante el ejemplo diario.

Este resultado es coherente con el contexto social y educativo de las comunidades participantes, donde muchas veces el acceso a información clara, comprensible y culturalmente pertinente sobre nutrición infantil es limitado. También influye la normalización de prácticas alimentarias poco saludables dentro del entorno familiar y comunitario.
Frente a este panorama, **la intervención educativa cobra gran relevancia**, ya que ofrece una oportunidad concreta para fortalecer capacidades, desmitificar creencias erróneas y empoderar a los cuidadores como agentes clave en la prevención de enfermedades no transmisibles desde la primera infancia.

Cierre y entrega de material educativo (20 minutos)

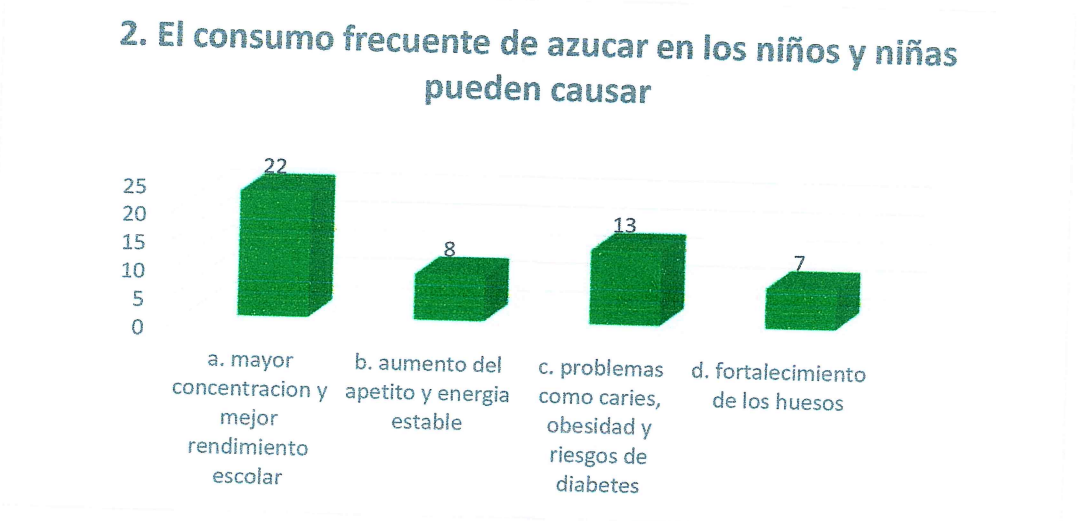
Se entregaron hojas informativas con ejemplos de menús saludables, infografías del "plato del buen comer" y recomendaciones prácticas para aplicar en casa. Se agradeció a los asistentes por su compromiso y se motivó la asistencia continua al ciclo, culmino la **sesion #1** siendo las 10:00 a.m con un total de 50 personas.

Tabulación del taller Pre-test



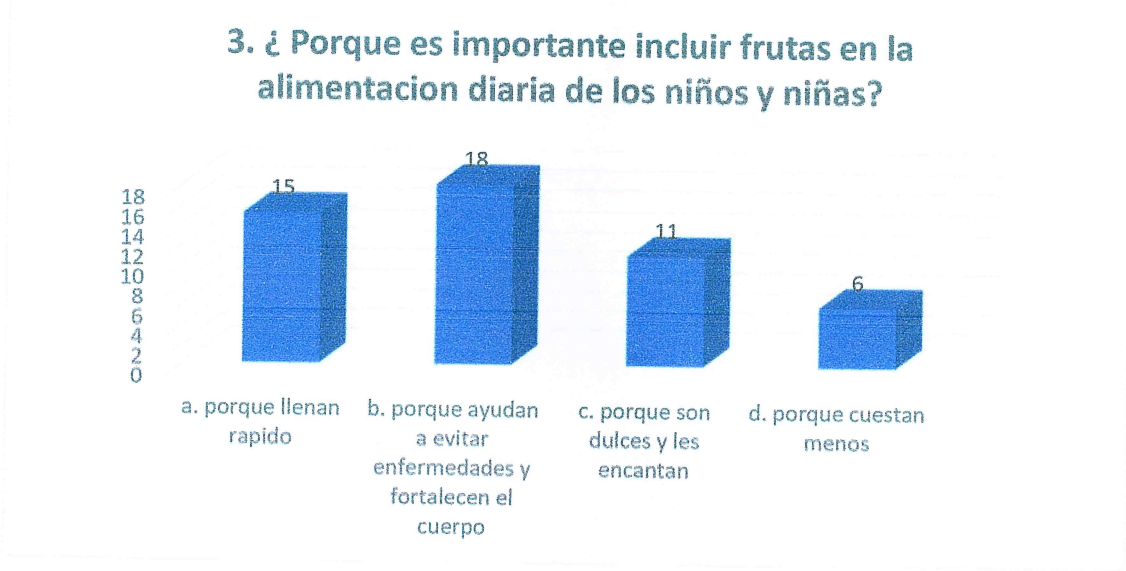
Como resultado del taller del PRE-TEST podemos decir que en la pregunta número **1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?, 10** personas seleccionaron la opción A (galletas y refrescos), **20** personas selecciono la opción B (frutas, verduras y cereales integrales), **5** personas seleccionaron la opción C (golosinas y jugos en caja) y **15** personas seleccionaron la opción D (papas fritas y embutidos).

Se puede deducir que el PRE-TEST tienen poco conocimiento ya que 20 personas seleccionaron la opción correcta la **B.**



Como resultado del taller del PRE-TEST podemos decir que en la pregunta número **2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas pueden causar, 22** personas seleccionaron la opción A (mayor concentración y mejor rendimiento escolar), **8** personas selecciono la opción B (aumento del apetito y energía estable), **13** personas seleccionaron la opción C (problemas con caries, obesidad y riesgos de diabetes) y **7** personas seleccionaron la opción D (fortalecimiento de los huesos).

Se puede deducir que el PRE-TEST tienen poco conocimiento ya que 13 personas seleccionaron la opción correcta la **C.**

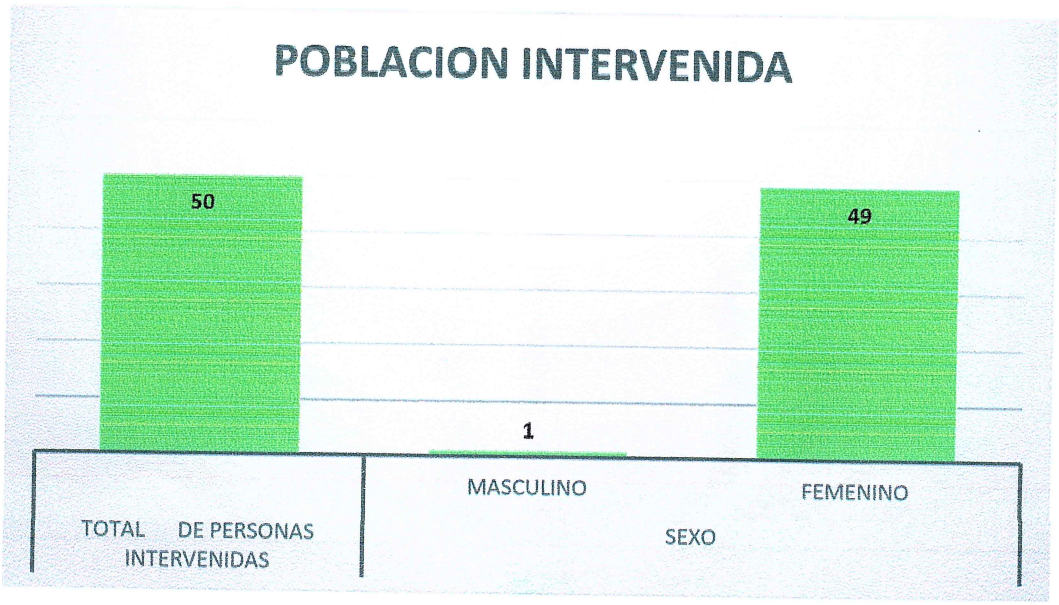


Como resultado del taller del PRE-TEST podemos decir que en la pregunta número **3. ¿Porque es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?, 15** personas seleccionaron la opción A (porque llenan rápido), **18** personas selecciono la opción B (porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo), **11** personas seleccionaron la opción C (porque son dulces y les encantan) y **6** personas seleccionaron la opción D (porque cuestan menos).

Se puede deducir que el PRE-TEST tienen poco conocimiento ya que 18 personas seleccionaron la opción correcta la **B.**

CARACTERIZACION:
El total de personas intervenidas fue de 50 padres, madres y cuidadores del CDI.

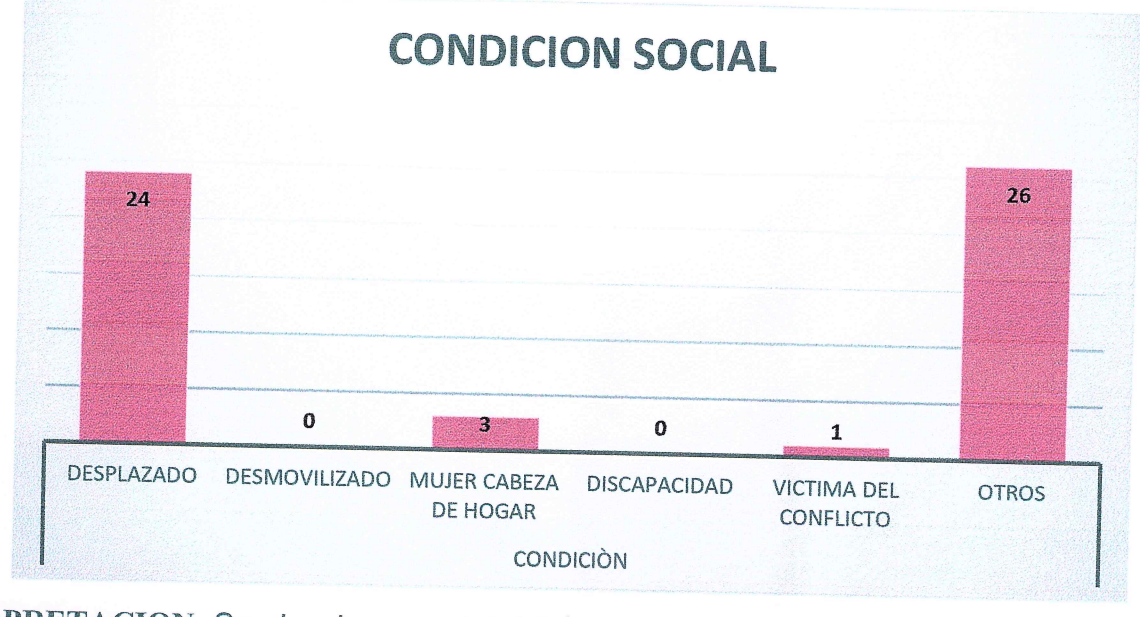
A continuacion hacemos una descripción grafica de las caracteristicas demográficas de la población intervenida.



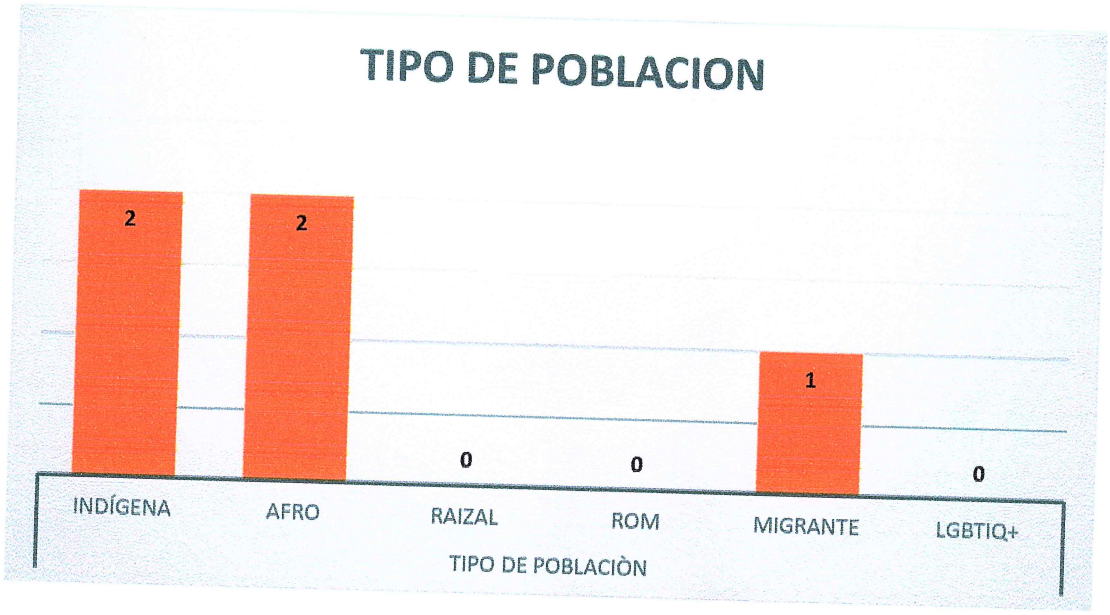
INTERPRETACION: La grafica muestra un total de 50 personas intervenidas de la cual la mayor parte 49 personas pertenecen al sexo Femenino y la menor parte con 1 persona al sexo Masculino.



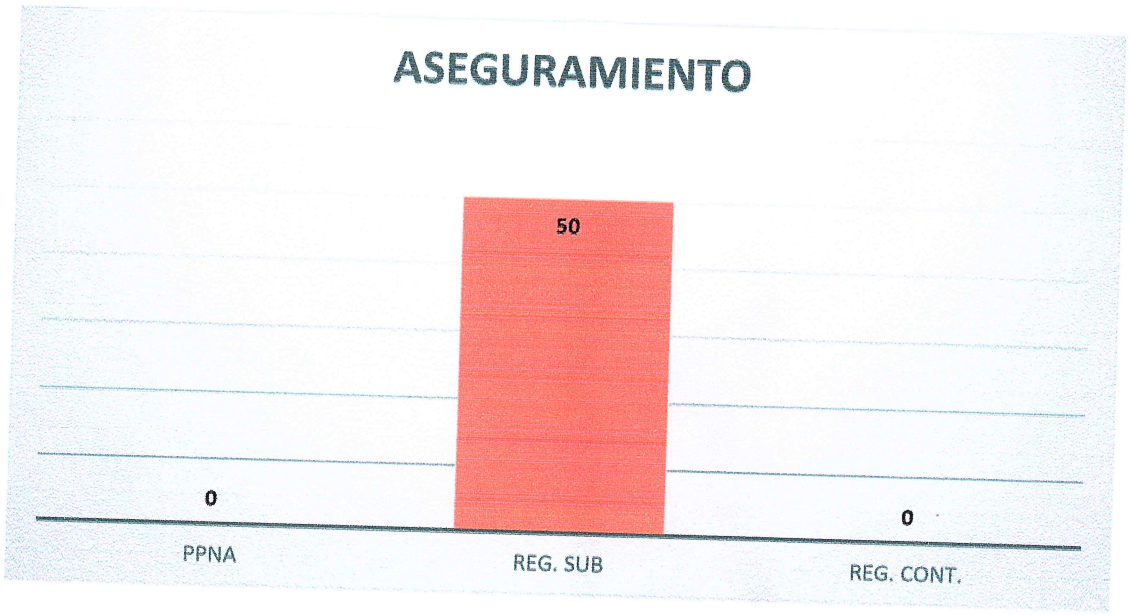
INTERPRETACION: Se abordaron en total 50 personas, la mayor parte 24 personas son de rango de edad JUVENTUD (entre 19-26 años), con 23 personas son de rango de edad ADULTEZ (27-59 años) y la menor parte 3 personas son de rango de edad ADOLESCENCIA (entre 12-18 años).



INTERPRETACION: Se abordaron en total 50 personas, la mayor parte 26 personas pertenecen a OTRAS CONDICIONES, seguido de 24 personas pertenecen a CONDICION DESPLAZADO, 3 personas pertenecen a MUJER CABEZA DE HOGAR y la menor parte 1 persona pertenece a VICTIMA DEL CONFLICTO.



INTERPRETACION: Se abordaron en total 50 personas, la cual 2 personas se consideran tipo de población AFRODESCENDIENTE, seguido de 2 personas se consideran INDIGENA y la menor parte 1 persona es MIGRANTE.



INTERPRETACION: Se abordaron en total 50 personas, todas las personas pertenecen al REGIMEN SUBSIDIADO.

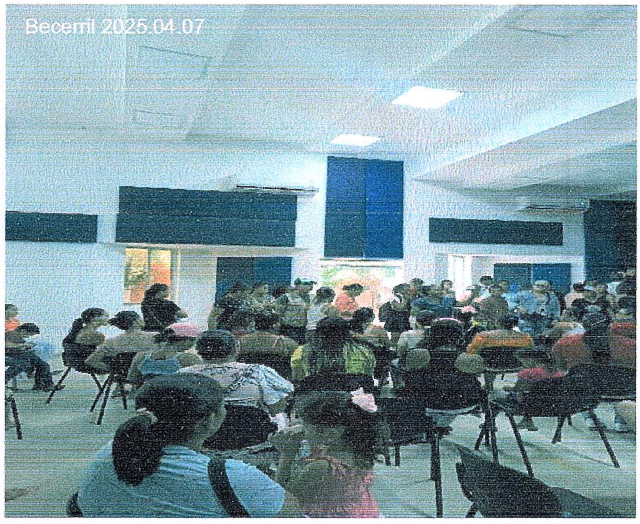
EVIDENCIA FOTOGRAFICA SESION #1

ACTIVIDAD: Realizar un (1) ciclo de nueve (9) sesiones, cada uno con una duración de 120 minutos, con el mismo grupo las 9 sesiones, cada grupo mínimo de 20 personas, dirigidos a padres madres y cuidadores que asisten a los centros de desarrollo infantil (CDI) del municipio de Becerril, sobre promoción de hábitos y rutinas de alimentarias saludables.

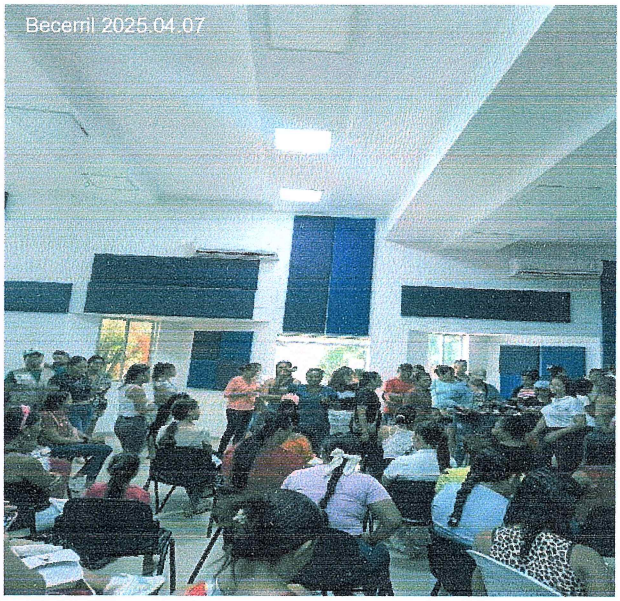
FECHA: 07/ABRIL/2025

LUGAR: AUDITORIO TRUJILLO (CDI CENTRAL)









PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Rosa Milena

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Leidis Romero.

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Pedro Amaya

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Natalia Pacheco

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Yenis Pacheco.

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07 -04 - 2025

NOMBRE: Yargelis Navarro

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: DianaCTP.

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Angelica Nieto.

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07 -04 - 2025

NOMBRE: Sofia Lemus

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Darlys Avila

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Lineth Toro.

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07 - 04 - 2025

NOMBRE: Marlis Vargas.

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Miledys Nelva

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Yohana Velarde S.

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Yesica Rodriguez

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Yoselin Borges

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos

PLAN DE INTERVENCION COLECTIVAS PIC 2025
ALCALDIA MUNICIPAL DE BECERRIL
HOSPITAL SAN JOSE

TALLER PRETEST: PROMICION DE HABITOS Y RUTINAS DE ALIMENTOS SALUDABLE.

INSTRUCCIONES:

FECHA: 07-04-2025

NOMBRE: Deyanira Oñate

Este pretest está diseñado para evaluar el conocimiento general que tienes sobre temas sobre la Promoción de Hábitos y Frutas Saludables. Responde las preguntas lo mejor que puedas, no te preocupes por las respuestas correctas. Este es un espacio para aprender y reflexionar.

1. ¿Qué tipo de alimento es más adecuado para el crecimiento de los niños y niñas?

A. Galletas y refrescos
B. Frutas, verduras y cereales integrales
C. Golosinas y jugos en caja
D. Papas fritas y embutido

2. El consumo frecuente de azúcar en los niños y niñas puede causar:

A. Mayor concentración y mejor rendimiento escolar
B. Aumento del apetito y energía estable
C. Problemas como caries, obesidad y riesgo de diabetes
D. Fortalecimiento de los huesos

3. ¿Por qué es importante incluir frutas en la alimentación diaria de los niños y niñas?

A. Porque llenan rápido
B. Porque ayudan a evitar enfermedades y fortalecen el cuerpo
C. Porque son dulces y les encantan
D. Porque cuestan menos