	Ficha Metodológica de la Capacitación	

Fecha de ejecución: 03 de Junio de 2025

Lugar de la capacitación: Vereda Montebello

1. NOMBRE DE LA CAPACITACIÓN:

CONDICIONES NO TRANSMISIBLES
Formando Facilitadores en Salud.
Alimentación Saludable. Apostemos por lo natural de nuestra tierra

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Promover hábitos de alimentación saludable en la comunidad mediante el rescate y valorización de productos naturales, locales y tradicionales cultivados en su localidad, fomentando el consumo responsable, el bienestar nutricional y la sostenibilidad alimentaria.

3. METODOLOGIA IMPLEMENTADA:

Introducción

- Bienvenida: Saludo y presentación de los funcionarios de salud y objetivos del taller.

Se comienza con una breve charla con los participantes de la junta de acción comunal. Luego se da paso a realizar la actividad siendo participativa y práctica enfocada en promover el consumo de alimentos naturales, locales y de temporada. A través de un taller interactivo se motiva al cultivo de huertas caseras para su debido consumo en el hogar, siendo estos alimentos saludables, Se incentivó el conocimiento y valoración de productos autóctonos. Se socializan actividades educativas sobre nutrición básica y se hace énfasis en la reducción del consumo de alimentos ultra procesados. Esta estrategia integró a los líderes de la junta de acción comunal y productores locales, fomentando hábitos alimentarios saludables y sostenibles, basados en el respeto por la biodiversidad y la cultura alimentaria de la región.

Al finalizar el taller se brinda un espacio para escuchar las diferentes opiniones y aclarar dudas sobre el tema aprendido.
Se les agradece a los participantes por su asistencia y disponibilidad para la ejecución del taller.

4. RESULTADOS OBTENIDOS:

Al ejecutar la estrategia con los integrantes de la junta de acción comunal de la vereda se evidenciaron los siguientes resultados:

Mayor conciencia alimentaria: Los participantes reconocieron la importancia de consumir productos naturales y locales, valorando los beneficios para la salud y el medio ambiente.

Cambio en hábitos alimenticios: Se hizo un compromiso de reducción en el consumo de productos ultraprocesados y un aumento en la inclusión de frutas, verduras y legumbres cultivadas en la zona.

Rescate de saberes ancestrales: Se comparten prácticas culinarias tradicionales mediante el

intercambio de recetas, fortaleciendo la gastronomía de la vereda.

- **Creación de huertos familiares:** Los integrantes manifiestan la siembra de productos como yuca, plátano, maíz, promoviendo el autoabastecimiento.

Firma

Angela María García Quintero
Enfermera Jefe

Anyela Yasmin Atehortúa
Auxiliar de enfermería