HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY

COMPONENTE SALUD Y NUTRICIÓN	HOGAR INFANTIL LOS COLORES DEL MANDALAY	**ACTA: Plan de formación a familias 09-04-2024**

Objetivo:

- Promover la práctica de lactancia materna, por medio de la desincentivación del uso de fórmulas y biberones.
- Contribuir a la promoción de hábitos saludables, por medio de la socialización de las guías alimentarias basadas en alimentos.

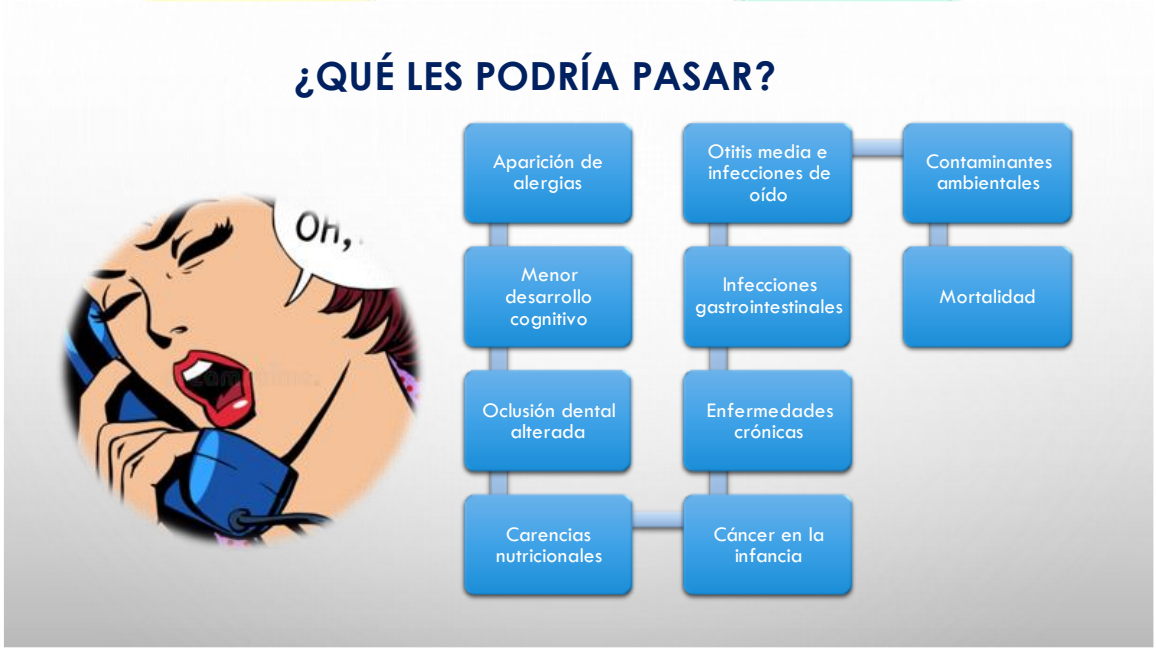
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:

Previa citación asisten los padres a la convocatoria, para la formación mensual. Se realiza la presentación por parte del profesional en nutrición. Se emplea una presentación para la actividad.

Plan de formación en lactancia materna: Uso de fórmulas infantiles.

Se inicia aclarando que la materia prima base de las fórmulas infantiles es la leche entera de vaca, alimento que no se debe suministrar en los niños menores de 1 año. Se explican las razones.

Con el apoyo de una diapositiva, se hace la socialización de cada uno de los efectos señalados.



Se habla acerca de las múltiples consecuencias que se presentan al ofertar a los niños y niñas lactantes en su estado de salud, ahondando en las consecuencias

multisistémicas, algunas con un origen claramente psicosocial (alteraciones nutricionales) por la constitución inadecuada de la fórmula, gracias a los elevados costos que maneja el mercado, y que no pueden ser costeados por las familias, además de las condiciones inadecuadas del agua con la que lo constituyen, generando problemas gastrointestinales que en los primeros años de vida aumentan los riesgos de mortalidad por enfermedad diarreica aguda.

Respecto al uso del biberón, se enfatiza en los daños a nivel de la salud oral: oclusión dental alterada, malformación del paladar, otitis e infecciones tras el inadecuado manejo del tetero y chupo.

En cada ítem se exponen los beneficios de la leche materna, los cuales están ausentes en las fórmulas.

Se hace el llamado a no hacer uso del biberón en ningún espacio y bajo ninguna circunstancia enviar a la UDS.

Guías alimentarias basadas en alimentos para mayores de 2 años: Mensajes 1-2-3.

Se explica el objetivo de las GABAS: "El objetivo de las guías alimentarias es el de contribuir al fomento de estilos de vida saludables, al control de las 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, que permitan a nivel familiar e institucional, realizar la mejor selección y manejo de los alimentos"

Se presentan los mensajes 1, 2 y 3 de las GABAS.

MENSAJE 1. Se presenta el plato saludable de la familia colombiana y se explica que este es el ícono de las gabas.



A través de una presentación, se socializa cada grupo de alimentos, la importancia, nutrientes y porción a consumir. Se hace énfasis en la importancia

de consumir una alimentación adecuada en el hogar y en familia, para que los niños adopten este hábito.

1. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos; derivados (Nutriente representativo: Carbohidratos complejos)
2. Frutas y verduras (nutriente representativo Vitaminas y minerales)
3. Leche y productos lácteos (nutriente representativo Calcio, proteína)
4. Carnes, Huevos, Leguminosas secas, frutos secos y semillas (nutriente representativo proteína, vitaminas del complejo B, hierro)
5. Grasas (nutriente representativo grasas)
6. Azúcares (nutriente representativo carbohidrato simple)

Se explica la importancia del consumo del agua y la actividad física.
Se invita a las familias a enviar una botella de agua para los niños, de modo que en la UDS ellos la consuman y generen el hábito.

En cada grupo de alimentos, se explican las porciones que se ofrecen en la UDS a los niños con la intención que en el hogar se integren las faltantes.

MENSAJE 2. Para favorecer la salud de músculos, huesos y dientes, consuma diariamente leche u otros productos lácteos y huevo.

Funciones de las proteínas:
- Mantienen la salud de huesos, dientes y músculos.
- Favorecen el crecimiento óptimo en los niños.
- Mantienen la piel y todos los órganos del cuerpo sanos.
- Reparan tejidos que se gastan.
- Ayudan con las defensas del cuerpo.

Funciones del calcio:
- Importante para el crecimiento de los niños y adolescentes.
- Previene enfermedades de los huesos: osteoporosis.
- Contribuye con la contracción de los músculos.
- Ayuda en la coagulación de la sangre.

Beneficios del consumo de lácteos y huevo:
- Variedad en la alimentación.
- Dieta con productos frescos.
- Alimentos muy nutritivos.
- Salud de huesos, dientes y músculos.
- Favorece el crecimiento.
- Adecuado crecimiento del feto en gestantes.
- Vitalidad y salud en adultos.

- Reduce osteoporosis y fracturas.

Recomendaciones para la práctica:
- Consuma mínimo 2 vasos de leche o productos lácteos cada día.
- Cambie la crema de leche por yogurt o kumis.
- Para adultos, elija leche y productos lácteos bajos en grasa.
- Consuma 1 huevo diario. Puede remplazarlo por queso.
- Prefiera consumir el huevo en preparaciones sin grasa.

MENSAJE 3. Para una buena digestión y prevenir enfermedades del corazón, incluya en cada una de las comidas frutas enteras y verduras frescas.

Dentro de los nutrientes que aportan las frutas y verduras, está la fibra, que tiene las siguientes funciones:
- Facilita una buena digestión de los alimentos.
- Promueve la salud intestinal, mejorando la evacuación de las heces fecales.
- Contribuye manteniendo el colesterol y la grasa en niveles normales, y así previene enfermedades del corazón.

El aporte de vitaminas y minerales, tiene las siguientes funciones:
- Funcionamiento del organismo.
- Salud de ojos y piel.
- Coagulación de la sangre.
- Absorción de nutrientes.
- Crecimiento óptimo.

Beneficios del consumo:
- Mantener un peso saludable.
- Reducir el riesgo de padecer ECNT.
- Evitar el estreñimiento.
- La fibra ayuda a reducir los niveles de colesterol y azúcar en la sangre.
- Las frutas y verduras tienen antioxidantes.

Recomendaciones prácticas:
- 5 al día.
- Frutas y verduras en loncheras.
- Ensaladas llamativas - frutas + verduras.
- Consuma frutas de cosecha con cáscara y verduras crudas.
- Frutas y verduras disponibles, a la mano.
- No colar jugos.

HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY

Respecto al consumo de verduras, se reitera que es de los grupos más complejos para aceptar por parte de la población infantil. Se insiste en que siempre se debe ofrecer el alimento, así no sea consumido, pues la exposición modifica el hábito.

Durante la socialización se solucionan dudas.

Conclusiones: se puntualizan los efectos del uso de fórmulas y la aplicación de los mensajes 1-2-3 de las Gabas, como el consumo de 5 porciones de frutas y verduras, 1 huevo al día, 2 vasos de leche y la integración de todos los grupos de alimentos.

Sesión iniciada a las 8:00 am y finalizada a las 8:45 am.

ELABORADO POR:

DIANA ALEJANDRA VARGAS PÉREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA



HOGAR INFANTIL

LOS COLORES DE MANDALAY

MATERIAL

RIESGOS DEL USO DE FÓRMULAS INFANTILES



¿QUÉ LES PODRÍA PASAR?



- Aparición de alergias
- Menor desarrollo cognitivo
- Oclusión dental alterada
- Carencias nutricionales
- Otitis media e infecciones de oído
- Infecciones gastrointestinales
- Enfermedades crónicas
- Cáncer en la infancia
- Contaminantes ambientales
- Mortalidad

HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY



HOGAR INFANTIL

LOS COLORES DE MANDALAY





HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY

MENSAJE PARA EL MES DE LAS GUÍAS ALIMENTARIAS BASADAS EN ALIMENTOS PARA MAYORES DE 2 AÑOS

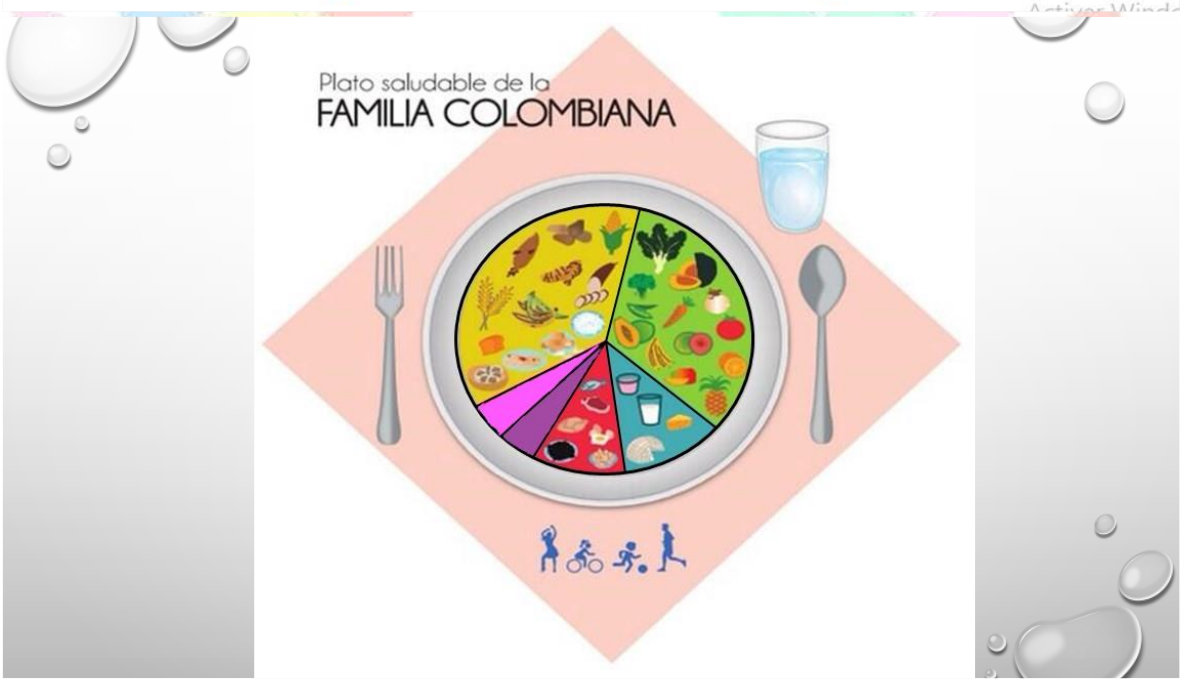






HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY





HOGAR INFANTIL

LOS COLORES DE MANDALAY



HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY

HOGAR INFANTIL LOS COLORES DE MANDALAY

TITULO: GABAS Y USO DE FORMULAS INFANTILES, PREVENCION DE VIOLENCIAS 09/04/2024

NIVEL PARVULOS A

No	NIUP	NOMBRES Y APELLIDOS		FIRMA ENTREGA PADRE DE FAMILIA
1	1141360764	Ravagli Bulla	Maria Jose	Vanessa Bulla
2	1012927591	Ramirez Palma	Sara Paulina	
3	1026604442	Yucuna Montes	Caleb Joel	
4	1034793895	Castro Barrios	Alysse Adhara	Jessica Avila
5	1034323161	Virviescas Corrales	Jose Gabriel	Mirolai Universeds.
6	1141378201	Beltran Rincon	Sofia	Estefany Angie Alegria
7	1205227927	Molina Martinez	Sofia Neliannys	
8	1221727174	Alvarez Vanegas	Julieta	
9	1141378412	Ramirez Camargo	Juan Pablo	Jessica Avila
10	1015488004	Bejarano Arias	Emiliano	
11	1233520092	Alfonso Sanchez	Andres David	Katherin Sanchez
12	1233519985	Duque Ballesteros	Benjamin	
13	1233519984	Duque Ballesteros	Victoria	
14	1010850419	Bello Cardenas	Juan David	Jessica Avila
15	1125138270	Fajardo Vasquez	Oliver Philippe	
16	1031860617	Forero de la Hoz	Sara Sofia	Fany Catalina Ospina
17		Lubo Peña	Liam Alberto	Jessica Avila
18		Lubo Peña	Noah David	Jessica Avila
19	1019920746	Pinzon Quintero	Nicolas Santiago	
20	1141378785	Ulloa Soteldo	Andres Valentino	Valentina Ulloa
21				
22				
23				
24				
25				

HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY

HOGAR INFANTIL LOS COLORES DE MANDALAY

TITULO: GABAS Y USO DE FORMULAS INFANTILES,
PREVENCION DE VIOLENCIAS 09/04/2024

NIVEL PRE JARDIN A

No	NIUP	NOMBRES Y APELLIDOS		FIRMA ENTREGA PADRE DE FAMILIA
1	1013157787	Mateus Viera	Laura Victoria	Laura Viera
2	1013157786	Mateus Viera	Ian Francisco	Laura Viera
3	1012926983	Peñaloza Escobar	Juana Sofia	Laura Escobar.
4	1013157563	Rodriguez Cordoba	David Fernando	
5	1044015828	Gaitan Infante	Samuel Andres	Maria Elena Rodriguez
6	1054574259	Zamudio Azuero	Liam Damian	Andres Z.G
7	1013157342	Duque Vasquez	Maria Celeste	
8	1197473706	Upegui Bejarano	Gabriela	
9	1013003753	Ortiz Celis	Cristian Emiliano	Estefania Celis.
10	1100001503	Aguilar Ustariz	Yhorfence Jacob	
11	1021402549	Bustos Basto	Simon Andres	
12	1069179880	Aranda Cortes	Juan Manuel	
13	1233318705	Ramos Rodriguez	Thiago Leon	
14	1069179879	Medina Gonzalez	Evangeline	
15	1024792748	Vergara Aparicio	Guadalupe	
16	1023987342	Nieto Arcila	Ian Samuel	Camila Nieto
17	1011331061	Garcia Morales	Gaby	
18	1022450728	Maldonado Fernandez	Walter Jose	Walter Maldonado
19	1012926211	Gutierrez Martinez	Jesús David	Mar14 Martinez 7.19.
20	1020008454	Martinez Bulla	Eiby Sofia	Luisa Bulla
21	1043337702	Deavila Gonzalez	Luciana	Maria Gonzalez 62
22	1043338003	Palacio Mejia	Jonas	
23				
24				
25				

HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY

HOGAR INFANTIL LOS COLORES DE MANDALAY

TITULO: GABAS Y USO DE FORMULAS INFANTILES,
PREVENCION DE VIOLENCIAS 09/04/2024

NIVEL JARDIN A

No.	NUIP	NOMBRES Y APELLIDOS		FIRMA ENTREGA PADRE DE FAMILIA
1	1034792162	Castro Barrios	Ethan David	
2	1041[illegible]039	Villanueva Cabezas	Maria Jose	Deisy Cabezas
3	1023417851	Carrillo Yate	Saray Valeria	Diana Ma Carrillo
4	1 [illegible]8	Garzon Torres	Sara Sofia	Fernando Torres
5	1033518154	Torres Torres	Alejandra	
6	NUIP 1012070292	Ortiz Superiano	Dylan David	
7	1141280721	Campos Lizcano	Meidy Lucia	Meidy Y.S
8	1[illegible]21084	Duque Vasquez	Samantha	
9	1042889264	Romero Pantoja	Samuel Felipe	
10	1029296307	Guzman Cruz	Jorge Andres	Leidy Carolina Cruz
11	1030710894	Leiva Alvarado	Adriana Marisol	Nancy Alvarado
12	1033517675	Valles Moreno	Joel Matias	Magdalena Moreno
13	10[illegible]945575	Guerrero Maldonado	Anna Victoria	Paula Maldonado
14	1141[illegible]87	Sanchez Acosta	Jeronimo	Diana Acosta Ruiz
15	1[illegible]536450	Perez Cardenas	Daniel Jeronimo	Padardenas
16	1[illegible]89249	Jurados Velez	Susan Ariana	
17	1141367083	Arias Ballen	Juan Felipe	
18	1141367477	Pineda Alvarado	Alisson Lizeth	
19	1012925677	Colmenares Prada	Laura Gabriela	Gabriela
20	1145870363	Fajardo Vasquez	Dahlia Amelia	
21	1141366085	Murcia Camacho	Gabriela	
22	1051748[illegible]8	Erazo Arcila	Shara Sofia	
23				
24				
25				