COMPONENTE SALUD Y NUTRICIÓN	HOGAR INFANTIL GERONA ARCOIRIS DE AMOR	ACTA CAPACITACION TALENTO HUMANO

FECHA:

- 25 de octubre de 2024 – 3:00 p.m. 4:00 p.m.

TEMÁTICAS:

- promoción de una alimentación saludable, en el marco de la celebración del día mundial de la alimentación (Gabas para mayores de 2 años, mensajes 8-9) **
- mitos de la lactancia materna
- PLAN DE SANEAMIENTO BASICO I: Limpieza y desinfección, Abastecimiento de agua y limpieza de tanques

OBJETIVOS:

- Promover hábitos saludables en la población.
- Promover la práctica de lactancia materna a la luz de la identificación de aspectos socioculturales que no son ciertos.
- Promover las adecuadas prácticas de manipulación de manipulación de alimentos.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Se explica sobre que es el día mundial de la alimentación y se menciona que se celebra cada año el 16 de octubre, y fue instaurado por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) en 1979. El objetivo principal de este día es sensibilizar a la población mundial sobre los problemas relacionados con el hambre, la inseguridad alimentaria, la malnutrición y la importancia de una alimentación adecuada y sostenible para todos.

Seguidamente se aborda la alimentación saludable, la cual consiste en consumir una variedad de alimentos en las cantidades adecuadas, para proporcionar los nutrientes esenciales al cuerpo.

Beneficios de una alimentación saludable:

- Mejora la salud cardiovascular.
- Mantiene un peso saludable.
- Refuerza el sistema inmunológico.
- Aumenta la energía y la concentración.
- Promueve una piel, cabello y uñas saludables

Grupos esenciales de alimentos:

- Lacteos
- Legumbres
- Grasas saludables
- Verduras
- Frutas
- Alimentos de origen animal

El agua es esencial para el funcionamiento del cuerpo: digestión, circulación, temperatura corporal, etc. se recomienda beber al menos 2 litros de agua al día.

Para poder tomar buenas decisiones sobre lo que consumimos debemos tener en cuenta que no todos los alimentos son iguales, y es bueno saber cuáles son los mejores para nuestro cuerpo.
Se recuerda que es importante tener en cuenta tres tipos de alimentos: naturales, procesados y ultraprocesados y se explica a través del sigueinte cuadro



Posteriormente se procede a abordar las GABAS con el mensaje 8 y 9:

- **Mensaje 8:** Cuidar el corazón, consumir aguacate, maní y nueces, disminuir el consumo de aceite vegetal y margarina; evitar grasas de origen animal como mantequilla y manteca.
- **Mensaje 9:** Por el placer de vivir saludablemente realizar actividad física de Forma Regular.

Después a través de una imagen ilustrativa se abordan los mitos de la lactancia materna:



finalmente, se aborda la temática de PLAN DE SANEAMIENTO BASICO I: Limpieza y desinfección, Abastecimiento de agua y limpieza de tanques, se explican los siguientes conceptos:

- **Limpieza principal:** Consiste en la desunión de la grasa, la suciedad, etc., de las superficies por medio de un detergente.

- **Enjuagado:** Es la eliminación de toda la suciedad disuelta y la eliminación del detergente empleado en la fase anterior.

- **Desinfección:** Es la destrucción de las bacterias mediante el empleo de un desinfectante. En este procedimiento se debe tener en cuenta la forma de aplicación (vertido directamente, por aspersión o por inmersión), tiempo de acción y dosificación.

- **Enjuagado final:** Para eliminar los restos de desinfectante.

- **Secado:** Para ello es mejor emplear aire seco.

DESCRIPCIÓN DEL PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE FRUTAS Y LIMPIEZA

DESINFECTANTES: Los Desinfectantes son preparaciones con propiedades germicidas y bactericidas, es decir, que eliminan microorganismos patógenos.

NORMAS PARA EL MANEJO DEL HIPOCLORITO DE SODIO COMO DESINFECTANTE:

Es importante considerar que cuando se va a usar el Hipoclorito de Sodio como desinfectante (producto que se encuentra en el mercado en diferentes concentraciones), se debe realizar un cálculo matemático con el propósito de garantizar que siempre se obtendrá la concentración de desinfectante deseada independientemente de la concentración inicial del Hipoclorito de Sodio.

Generalmente las concentraciones del desinfectante que se encuentran en el mercado son las siguientes:

- Uso industrial concentración: 13%
- Uso doméstico concentración: 5.25%

Fórmula para la preparación del hipoclorito:

$$\textbf{ml. de Hipoclorito de Sodio requerido} = \frac{\text{(volumen en litros de la solución a preparar) X (concentración final en p.p.m.)}}{\text{(Concentración inicial del desinfectante dado en porcentaje) x 10}}$$

Concentraciones finales recomendadas de solución desinfectante de Hipoclorito de Sodio para algunas áreas y procesos:

- Fruver: 50 p.p.m.
- Utensilios :100 ppm
- Equipos: 200 p.p.m.
- Superficies (mesones y mesas de trabajo): 200 p.p.m
- Paredes, techos y pisos: 200 p.p.m. – 300 p.p.m.
- Baños: 350 a 400 p.p.m
- Uniformes: 200 p.p.m.
- Ambientes: 200 p.p.m

PROGRAMA DE ABASTECIMIENTO DE AGUA:

- **FUENTES DE AGUA:** El agua potable que se utiliza proviene del acueducto de Bogotá D.C.

- **USOS DEL AGUA:** El agua se utiliza para la producción de alimentos y para la higienización de todas las instalaciones, equipos y utensilios.
- **Frecuencia de limpieza y desinfección:** Dos veces al año. Procedimiento para el lavado y desinfección del tanque de almacenamiento de agua:
- **Equipos:** Cepillos de cerda dura, escoba, pala, recogedor, balde y herramientas que se requieran según el tipo de tanque. La metodología de lavado y desinfección que se describe a continuación se aplica a todos los tanques usados comúnmente (fibra de vidrio, cemento-asbesto, polietileno y concreto)
- Cerrar el registro (válvula) del tubo de entrada de agua potable al tanque, con tiempo de antelación suficiente para consumir el agua existente en el tanque.
- Es preciso dejar agua en el tanque hasta un nivel máximo de 10 centímetros de altura, con el propósito de ser usada en las labores de prelavado.
- Retirar todo el material extraño y el lodo depositado en el fondo del tanque.
- Remover mediante el uso de un cepillo de mano, o escoba de cerdas duras la suciedad adherida como lodos o lama de las paredes, tapa y fondo del tanque. Asegúrese de eliminar las materias extrañas adheridas de las esquinas entre piso y paredes.
- Enjuagar repetidas veces el tanque, con agua limpia para eliminar toda la mugre adherida y las partículas más finas, hasta que se observe que no hay suciedad en el fondo y el agua del lavado salga totalmente limpia; verifique que haya drenado la totalidad del agua de lavado.
- Preparar de 20 a 25 litros aproximadamente (según el tamaño del tanque) de solución desinfectante a una concentración entre 1000 p.p.m. a 2000 p.p.m. en un balde.
- Lavar toda la superficie interior del tanque (paredes, piso, tapa) con la solución desinfectante preparada, verificando que haya escurrido de la solución desinfectante.
- Deje actuar el desinfectante de 15 a 20 minutos.
- Abrir los grifos o llaves del agua, de la edificación especialmente los grifos que conducen a la cocina y baños, hasta que empiece a drenar la solución desinfectante, y cierre nuevamente el grifo de 15 a 20 minutos, esto con el fin que la solución desinfectante actúe en la parte interna de la tubería.
- Enjuague el tanque y abra los grifos o llaves de la edificación para retirar la solución desinfectante, realice lavados repetidos para eliminar los residuos de desinfectante en el tanque.
- Verifique que todos los grifos o llaves estén cerrados e inicie con el llenado del tanque, asegúrese de instalar correctamente la tapa para evitar el ingreso de contaminantes como: microorganismos, polvo, insectos, aguas lluvias y prevenir la pérdida del Cloro por volatilización.
- Diligencie el registro de control de la actividad conforme al Plan de Saneamiento Básico, Indicando la fecha de la actividad, próxima fecha de desinfección, nombre del desinfectante, compuesto activo del desinfectante, concentración usada, persona o institución responsable de la actividad y observaciones.

Para finalizar se realizó una evaluación a través de google FORMS para repasar las temáticas vistas y se realizó el cierre de la reunión.

REGISTRO FOTOGRAFICO:

Fecha de la toma de	Perfil	Nombre	Nivel De Servicio	Cargo	Cuantos alumnos en el día marcaron la	¿Cuáles son los postres del día?	¿Cuantos libras	Preparación con la cual fueron	Encuesta filtro: un mensaje de los GABAS	Encuesta filtro: un mensaje de los GABAS	Encuesta filtro: un mensaje de los GABAS	Encuesta filtro: un mensaje de los GABAS	Encuesta filtro: un mensaje de los GABAS	Escriba el título de la lectura materna
10/25/2024 10:41:07	3	3 Paola	H	GERONA ARCO IRIS	Pollo	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, grasas saludables, verdu	2 libras	Fruta, yogur, gaseosa	Mensaje 1 de los GABAS	Mensaje 1 de los GABAS	Mensaje 1 de los GABAS	Mensaje 1 de los GABAS	Mensaje 1 de los GABAS	Los pedros de la mamá se escapan
10/25/2024 10:43:07	3	3 Lady Viviana Gómez	H	GERONA ARCO IRIS	Agente educativo	11 de octubre	Aquella no sabe, que fiesta vienen Líderes, legumbres, grasas saludables, verdu	2 libras	Manzana, yogur, galletas	Mensaje 2 de los GABAS	Mensaje 2 de los GABAS	Mensaje 2 de los GABAS	Mensaje 2 de los GABAS	Mensaje 2 de los GABAS	No pududo solicionte leche, al mediour
10/25/2024 10:43:24	3	3 Nubia Helena González	H	GERONA ARCO IRIS	Agente educativo	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, grasas saludables, verdu	2 libras	Manzana, yogur, galletas	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	La lactancia materna agiela los pezones
10/25/2024 10:43:32	3	3 Stella Isabella Vargas	H	GERONA ARCO IRIS	Docente	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, grasas saludables, verdu	2 libras	Manzana, yogurt, galletas	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	La lactancia materna agiela los pezones
10/25/2024 10:43:42	3	3 Mayerlin Rodriguez	H	GERONA ARCO IRIS	Agente educativo	11 de octubre	Aquella no sabe, que fiesta vienen Líderes, legumbres, grasas saludables, verdu	2 libras	Pera, yogurt, galletas	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	No pududo solicente leche, al mediour
10/25/2024 10:49:53	3	3 Olga Rojas Aragon	H	GERONA ARCO IRIS	Agente educativo	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, grasas saludables, verdu	2 libras	Manzana, yogur, galletas	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Al mediour no pueda seguir dando leche
10/25/2024 10:51:07	3	3 ELSA PAOLA GUERRERO	H	GERONA ARCO IRIS	AUXILIAR PEDAGÓGICO	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, azucares, grasas saludad	2 libras	Pera yogurt galletas	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Si mediour no pueda lactar
10/25/2024 10:52:18	3	3 Mónica Lorena Niño	Es	H	GERONA ARCO IRIS	Agente educativo	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, grasas saludables, verdu	2 libras	Manzana Yogurt Papas de juguete	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Los pezones invesos impiden la lactancia
10/25/2024 10:52:21	3	3 María cristina gil	Varia	H	GERONA ARCO IRIS	Agente educativo	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, grasas saludables, verdu	2 libras	Manzana, yogurt papas	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Los pezones es invesos impiden la lacta
10/25/2024 10:52:24	3	3 Claudia Marcela Correa	H	GERONA ARCO IRIS	Agente Educativo	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, grasas saludables, verdu	2 libras	Manzana, yogurt, papas	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Los pezones invesos impiden la lactancia
10/25/2024 10:52:54	3	3 María Eugenia Bernal	H	GERONA ARCO IRIS	Agente educativo	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, grasas saludables, verdu	2 libras	Manzana Yogurt Ulta procesado y	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Los pezones invesos que impiden la lact
10/25/2024 10:53:31	3	3 Jeniffer camelo	H	GERONA ARCO IRIS	Agente educativo	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, azucares, grasas saludad	2 libras	Fruta, leche, galletas	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Hablar es mentiroso, no puede seguir dan
10/25/2024 10:54:20	3	3 Liliana María escobar	H	GERONA ARCO IRIS	Docente	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, Cereales, frutas y hortalizas, aceites, 2 libras		Frutas, quesos, galletas	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	El estímulo de la lactancia materna
10/25/2024 10:54:55	3	3 Liliana María acosta Caballero	H	GERONA ARCO IRIS	Auxiliar pedagógica	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, Cereales, frutas y hortalizas, aceites, 1 libras		Pera yogurth galletas	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Que el bebe quede con hambre con solo
10/25/2024 11:27:24	3	3 Carol Julieth Soriano	CH	GERONA ARCO IRIS	Auxiliar Pedagógico	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, azucares, grasas saludad	2 libras	Naranja, yogurt, galletas.	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	No produzca suficiente el dede
10/28/2024 9:50:43	3	3 Erika Lorena Vela Ho	H	GERONA ARCO IRIS	Agente educativo	11 de octubre	Consumí una variedad de alimentos en Líderes, legumbres, grasas saludables, verdu	2 libras	Fresas, yogurt, gaseosa	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Mensaje 3 de los GABAS	Consumir leche produce más leche

Firma asistentes:

Coordinador

Auxiliar Administrativo

Docente

Docente

Docente

Docente

Docente

Docente

Docente

Docente

Docente

Docente

Docente

Docente

Auxiliar Docente

Auxiliar Docente

Auxiliar Docente

Auxiliar Docente

Auxiliar Docente

Auxiliar Docente

Servicios Generales

Servicios Generales

Servicios Generales

Servicios Generales

P. Manipulador de Alimentos

P. Manipulador de Alimentos

P. Manipulador de Alimentos

P. Manipulador de Alimentos

P. Manipulador de Alimentos

Psicosocial

ELABORADO POR:

Sammy K. Ayala F.

SAMMY AYALA- NUTRICIONISTA DIESTISTA

Hogar Infantil
Corona Arco Iris De Amor

Fundairis
Fundación Arco Iris de Amor

Fundairis
Fundación Arco Iris de Amor