HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY

COMPONENTE SALUD Y NUTRICIÓN	HOGAR INFANTIL LOS COLORES DE MANDALAY	ACTA GENERAL FECHA: 10-10-2024

Objetivo:

1. Socializar la conmemoración del día mundial de la alimentación y promover la mayor utilización posible de los alimentos, para reducir las pérdidas y desperdicios de alimentos.
2. Promover la práctica de lactancia materna, por medio de la socialización de mitos en torno a ella.
3. Socializar las generalidades del Plan de saneamiento básico

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Se realiza formación al talento humano de la unidad a las 7:00 am en las instalaciones de la UDS, brindando la siguiente información:

AGENDA:

1. Bienvenida.
2. Presentación de temáticas.
3. Solución de dudas y cierre.

DESCRIPCIÓN DESARROLLO DE LA AGENDA:

Metodología: Se reúne al talento humano de la unidad para socializar las temáticas y se emplea una charla participativa, con apoyo de infografías y videos que se comparten por whastapp.

TEMA: Promoción de una alimentación saludable, en el marco de la celebración del día mundial de la alimentación y la reducción de pérdidas y desperdicios de alimentos.

Se inicia con la revisión del video de la FAO:

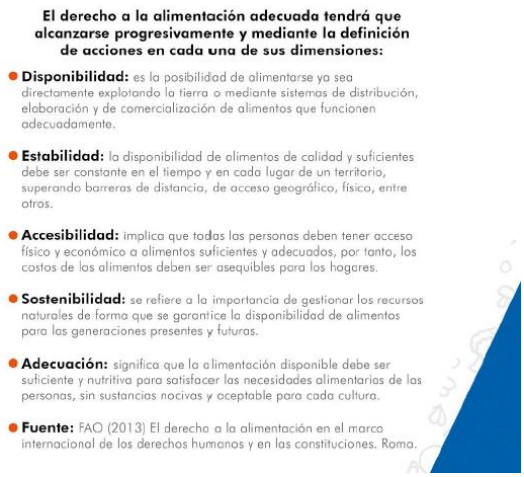


Posteriormente, se explican los siguientes conceptos.

La asamblea General de la Naciones Unidas ratificó esta iniciativa de la FAO y declaró oficialmente el 16 de octubre de 1981 como el primer día internacional de la alimentación. Esta fecha coincide también con la fundación de la FAO en 1945.

Se hace énfasis que la alimentación es un derecho:





Lema del año: Derecho a los alimentos para una vida y un futuro mejores

Los "Alimentos" representan diversidad, nutrición, asequibilidad e inocuidad. Deberíamos tener una mayor diversidad de alimentos nutritivos disponibles en nuestros campos, en nuestros mercados y en nuestras mesas para beneficio de todos.

HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY

Desperdicios de alimentos.

Teniendo en cuenta que se trató el derecho a la alimentación, en contraste se debe corresponder al cuidado de los alimentos, a través del cuidado de los mismos evitando la pérdida y desperdicios en el hogar, lo cual debe ser enseñado a los niños desde temprana edad.

Se reiteran las ideas que permiten reducir el desperdicio de alimentos en el hogar y en el servicio de alimentación.

Se inicia con una sensibilización entre la importancia de evitar los desperdicios de alimentos, ya que se ha demostrado que gran cantidad de los alimentos que se desperdician podrías alimentar a parte de la población que padece hambre a nivel mundial.

Se socializan algunos aspectos para reducir los desperdicios, a través de una pieza comunicativa del ICBF.

Realizar una lista de los productos necesarios y de consumo en el hogar e identificar las frutas y verduras en cosecha. Planificar las compras permite ahorrar tiempo y dinero.
Elegir alimentos pensando siempre en el aporte nutricional y no solo en la apariencia. Los productos pequeños, con formas y colores diferente son igual de buenos y en ocasiones tienen precios más bajos.
Al organizar los alimentos en tu hogar, evita botar alimentos que durante el desplazamiento hayan sufrido golpes o daños. Recuerda que aún los puede comer o buscar opciones creativas para prepararlos.
Usa diferentes métodos de conservación de acuerdo con cada tipo de alimento. Recuerda que puedes refrigerar, congelar, deshidratar, entre otros.
Usa todas las partes comestibles de los alimentos: frutos, hojas y tallos pueden incluirse en innovadoras preparaciones.
Deposita en la basura solo que sea imposible de aprovechar. Si en el hogar tienen la posibilidad de cultivar alimentos, puedes utilizar los residuos orgánicos para compostaje.
Infografía del ICBF que se socializa y se comparte:



HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY

TEMA: Mitos de la lactancia materna.

Debido a los mitos que se presentan en torno a la lactancia materna, se socializan aspectos técnicos. Para esto, se inicia con una lluvia de ideas, referenciando los mitos que los agentes educativos conocer y simultáneamente se va dando respuesta a cada uno. Al finalizar se comparte una pieza comunicativa que contiene el siguiente resumen:

Mitos en torno a la madre:

• No todas las mujeres producen leche de buena calidad • Las mujeres con pecho pequeño no pueden amamantar • No todas las mujeres producen leche suficiente para satisfacer el bebé • La madre no puede comer ciertos alimentos durante la lactancia • Si la madre está enojada o asustada no debe dar de lactar • Si las madres están embarazadas de otro bebé o enfermas, deben dejar de amamantar • Una vez que se interrumpe la lactancia no se puede volver a amamantar	• El tamaño de los pechos no influye en la lactancia. • Todas las mujeres producen leche de buena calidad y en cantidad suficiente. A mayor succión corresponde una mayor producción de leche. • No hay alimentos que aumentan o disminuyen la producción de leche. • Aún estando embarazada de otro bebé la madre puede seguir amamantando. • Si la mujer está enferma (gripe, resfriado, tos, etc.) puede amamantar. Si se trata de otra enfermedad más grave, antes de tomar cualquier medicación, deberá consultar su médico. • Con una técnica adecuada y apoyo, tanto las madres como los bebés pueden retomar la lactancia, luego de un cambio de leche materna a fórmula. Esta práctica es vital durante una emergencia.

Sobre la leche materna:

MITOS	REALIDAD
• El calostro (la leche que la madre produce en los primeros tres días después del parto) debería ser desechado porque es sucio y antihigiénico • El calostro es amarillo porque ha permanecido mucho tiempo en el pecho y por eso está podrido • El bebé no debería succionar hasta que salga la leche blanca	• El calostro no se debe desechar porque contiene muchos nutrientes y factores de defensa que fortalecen el sistema inmunológico del bebé. Es como una vacuna. Es amarillo porqué está rico en beta carotenos (una sustancia que previene muchas enfermedades). Además contiene proteínas, vitaminas y es altamente nutritivo. • La lactancia debe iniciar en la primera media hora después del parto. La madre no debe esperar a que baje la leche blanca para dar de amamantar.

Sobre lo que necesita el bebé:

MITOS	REALIDAD
• Los niños se deben amamantar por más tiempo que las niñas, porque estas últimas serán más fértiles en la edad adulta • Se debe dejar de amamantar cuando el niño o la niña aprenda a	• La leche materna hace que los niños crezcan sanos, fuertes e inteligentes. Hay que amamantar niños y niñas por el mismo tiempo, sin diferencias. • Los bebés deben ser alimentados sólo con leche materna hasta los 6 meses. De los 6 meses hasta los dos años, hay que complementar el consumo de leche

caminar • Se deben introducir uvas antes de los seis meses para que el niño aprenda a hablar más rápido • Los bebés necesitan beber aguas aromaticas, té y coladas para fortalecer el estómago, o si están enfermos y tienen diarrea • El biberón es inofensivo e higiénico	materna con otros alimentos. • No se deben introducir alimentos líquidos o sólidos antes que el bebé cumpla seis meses. No hay ninguna evidencia científica que las uvas contribuyan a que el niño o la niña hable antes. • La leche está compuesta en un 90% de agua, por lo tanto los bebés no necesitan líquidos adicionales. La mejor manera de fortalecer el bebé es dándole leche materna todas las veces que la pida. Si la diarrea es severa, consulte el médico. • Una higiene incorrecta en los utensilios de alimentación de nuestro bebé, puede provocar infecciones. El uso prolongado del biberón perjudica a la dentición y al habla del niño y de la niña.

TEMA: Formación en BPM: Plan de saneamiento básico – Parte I

A través de una lluvia de ideas, se exponen los programas del Plan de saneamiento básico:

Programa de limpieza y desinfección:

OBJETIVO: Garantizar que todas las áreas de la UDS, se encuentren higienizadas (limpias y desinfectadas), con el fin de evitar cualquier tipo de contaminación y disminuir el riesgo de infecciones.

La limpieza y desinfección es entendida como la forma de eliminar los agentes contaminantes presentes en las instalaciones, áreas, equipos y utensilios que puedan afectar la inocuidad de los alimentos que se elaboran en el servicio de alimentación.

- Limpieza: Es el proceso de eliminación de residuos u otras materias extrañas o indeseables que podemos ver a simple vista en los alimentos. OMS-OPS.
- Desinfección: Es el tratamiento físico - químico o biológico que se lleva a cabo para destruir, eliminar o minimizar los microorganismos que pueden ocasionar riesgo a la salud, para ello se emplean desinfectantes.

Limpieza seca y húmeda.
El proceso de limpieza y desinfección debe registrarse en planillas con el dato del responsable, fecha, productos utilizados, alimentos, equipos o áreas.
Detergente: inoloro, biodegradable y líquido, soluble en agua, no corrosivo, fácil de dosificar y de bajo costo.

Desinfección: Hay diferentes clases de desinfección:
- FÍSICA: Ebullición, calor seco y rayos ultravioleta.
- CALOR: Agua, aire o vapor directo entre 80 y 85 grados centígrados por 10 minutos.
- QUÍMICA: Agentes desinfectantes o saneadores químicos: Clorados y Iodóforos.

Se reitera en qué momentos debe realizarse el lavado de manos y se revisa el procedimiento.

HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY

Programa de control de agua:
El objetivo del programa evaluar la calidad del agua abastecida a través de la red, con el fin de garantizar la calidad de los alimentos consumidos.
El lavado de tanques, debe realizarse semestralmente, por personal que maneje alturas y trabaje es espacios confinados. El proceso debe contar con un registro fotográfico, certificación y documentación de la empresa que realiza la actividad.

Durante la socialización los agentes educativos estuvieron activos, teniendo en cuenta la dinámica de revisar videos, infografías, hacer lectura de las mismas y la lluvia de ideas.

La actividad finaliza a las 7:30 am. No se presentan dudas.

Se anexa listado de asistencia.



ELABORADO POR:

DIANA ALEJANDRA VARGAS PÉREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA

HOGAR INFANTIL
LOS COLORES DE MANDALAY

EN CONSTANCIA FIRMAN:

MESA ORTIZ MARGARITA ALICIA	COORDINADORA	
ALVARADO MENDEZ LEIDY ROCIO	AUX. ADMINISTRATIVA	
URIBE NIEVES LILIANA	AGENTE EDUCATIVA	
LOMBANA RAMIREZ MARIA GUADALUPE	AGENTE EDUCATIVA	
ROMAN HERNANDEZ DANIELA	AGENTE EDUCATIVA	
MILENA MATIZ HERNANDEZ	AGENTE EDUCATIVA	
JULY ANDREA BERMUDEZ PALMA	AUXILIAR PEDAGOGICA	
ARIAS BARACALDO JULIETH STEFANNY	AUXILIAR PEDAGOGICA	
PEÑA ZIPA MARIA HELENA	MANIPULADORA DE ALIMENTOS	
RODRIGUEZ AMAYA LUZ ANGELA	MANIPULADORA DE ALIMENTOS	
DIANA MILENA MORA TORRES	SERVICIOS GENERALES	