Lugar	Centro de Comunidad de Cuidado Hogar Las Golondrinas de la Mesa
Fecha	*18/06/2025 Hora: 11:00 am a 12:00 am*
Tema	Socialización lista de modificaciones alimentarias y Documento de Orientación Modificaciones Alimentarias en el Servicio Social: Centros de Protección Social 2020
Desarrollo	*ORDEN DEL DÍA:* • *Bienvenida* • *Socialización Documento orientaciones Modificaciones alimentarias SDIS* • *Presentación Lista de modificaciones alimentarias FOR-PSS-585* • *Descripción de las modificaciones utilizadas* • *Recordatorios importantes.* Se realiza la bienvenida al encuentro donde se destaca la importancia que cada colaborador del Hogar, cumple en la preparación y distribución de las dietas ofrecidas a las personas mayores. **Objetivo:** Socializar las modificaciones alimentarias que se le ofrecen diariamente a las personas mayores en el Hogar las Golondrinas. En este encuentro, se presentó y discutió el uso y aplicación de las distintas dietas implementadas en el hogar las Golondrinas, basadas en el documento de orientación "Modificaciones Alimentarias en el Servicio Social: Centros de Protección Social 2020". Este documento describe en detalle cada tipo de dieta, incluyendo sus objetivos alimentarios y nutricionales, indicaciones, y los alimentos recomendados y restringidos, orientado a satisfacer las necesidades específicas de los adultos mayores. **Actividades desarrolladas**: 1. **Socialización documento de orientaciones modificaciones alimentarias SDIS** El documento orientador establece los lineamientos técnicos para la planeación y adaptación de dietas destinadas a personas mayores de 60 años, beneficiarias del programa “Envejecimiento digno, activo y feliz” de la Secretaría Distrital de Integración Social. Su propósito es garantizar una alimentación adecuada que contribuya al mantenimiento de un buen estado de salud, prevenga enfermedades crónicas y mejore la calidad de vida de las personas mayores. Las dietas se clasifican en: • **Dieta normal**: alimentación completa y equilibrada para personas sin patologías, basada en cinco tiempos de comida diarios, ajustada a las necesidades nutricionales y guías alimentarias oficiales. • **Dietas modificadas en consistencia**: o *Líquida clara*: transitoria, usada en procesos postoperatorios o problemas gastrointestinales. o *Líquida completa*: para personas con dificultades para masticar o

deglutir.
    - *Blanda mecánica o semiblanda*: alimentos en puré o picados, indicada en dificultades dentales o neurológicas.
    - *Blanda*: fácil digestión, baja en fibra y condimentos.
    - *Turmix*: dieta semilíquida espesa para personas con disfagia.

- **Dietas modificadas en energía y nutrientes**:
    - *Hipocalórica*: para personas con sobrepeso/obesidad.
    - *Hipograsa*: en casos de dislipidemias, enfermedades hepáticas o vesiculares.
    - *Hipercalórica/hiperproteica*: para personas con bajo peso o enfermedades de alto gasto metabólico.
    - *Hipoglucida*: para control de la glucemia en personas con diabetes.
    - *Hiposódica*: para control de la hipertensión o enfermedades que generan retención de líquidos.
    - *Renal*: adaptada a patologías renales, con control de proteínas, potasio, fósforo y sodio.
    -

Cada dieta incluye recomendaciones claras sobre alimentos permitidos y restringidos, formas de preparación, técnicas culinarias adecuadas, y medidas específicas para evitar complicaciones como desnutrición, atragantamientos o exacerbación de patologías crónicas.

2. **Presentación de la lista actualizada de dietas**: Se entregó un listado de usuarios con sus respectivas modificaciones alimentarias , estructurado en el formato estándar de la Secretaría Distrital de Integración Social (SDIS).

    a. **Lista de modificaciones alimentarias FOR-PSS-585**:

RESUMEN MODIFICACIONES ALIMENTARIAS IMPLEMENTADAS HOG					
CONSITENCIA		APORTE DE ENERGIA		MACRONUTRIENTES	
BLANDA	44	HIPERCALORICA	30	HIPERPROTEICA	33
NORMAL	54	HIPOCALORICA	8	HIPOPROTEICA	1
		NORMOCALORICA	61	HIPOGLUSIDA	13
				HIPOGRASA	5

Recordatorios importantes:

- **Disponibilidad de formatos**: Los formatos, por tipo de dieta, están accesibles en los comedores para un seguimiento adecuado de las necesidades de cada usuario.

- **Importancia del reporte de cambios en el estado de salud**: Se recalcó la necesidad de que las auxiliares de enfermería comuniquen al equipo de nutrición cualquier cambio en el estado de salud de los usuarios, tales como síntomas de diarrea, gripa, o cambios en el estado general y movilidad, ya que estos factores pueden afectar la efectividad y adecuación de la dieta de cada usuario.

  Colaboración entre el personal: La comunicación continua entre el equipo de enfermería y el equipo de nutrición es crucial para garantizar que las necesidades alimentarias específicas de cada usuario se satisfagan de manera efectiva, asegurando así su bienestar general.

- **Materiales**: Se utilizó un computador de mesa, escritorio y el formato de modificaciones alimentarias para registrar y presentar la información.

Recomendaciones realizadas:

1. Individualizar la dieta: ajustar el tipo de dieta según las condiciones clínicas, estado nutricional y capacidades funcionales de cada persona mayor. Evitar aplicar un mismo plan de alimentación a todos los residentes.
2. Respetar la prescripción dietética: seguir rigurosamente las indicaciones del de la EAPB l sobre el tipo de dieta (normal, modificada en consistencia, energética o terapéutica).
3. Mantener buenas prácticas de higiene y manipulación: asegurar limpieza en la preparación, cocción y servicio de alimentos para prevenir infecciones gastrointestinales.
4. Evitar alimentos prohibidos según cada dieta:
    - Nada de sal adicional en dietas hiposódicas.
    - No ofrecer frituras ni productos procesados en dietas hipograsa.
    - Restringir azúcares simples en dietas hipoglucidas.
    - Controlar frutas y verduras con alto contenido de potasio en dietas renales.
5. Usar técnicas culinarias saludables: Priorizar cocciones al vapor, hervido, al horno o a la plancha. Evitar frituras y empanizados.
6. Ajustar texturas: Adaptar la consistencia de los alimentos (líquida clara, completa, semiblanda, puré o turmix) para evitar atragantamientos en personas con dificultad para masticar o deglutir.
7. Fraccionar las comidas: Servir las dietas en 5 o 6 tiempos al día, especialmente en personas con requerimientos específicos (ej. diabéticos o pacientes en recuperación).
8. Estimular el apetito y la adherencia: Presentar los alimentos de forma atractiva, cuidar la temperatura y variar el menú dentro de las restricciones permitidas.
9. Monitorear signos de intolerancia: Observar signos de malestar digestivo, rechazo, pérdida de peso, o desnutrición, y reportarlos al área de nutrición.
10. Mantener hidratación adecuada: Asegurar el consumo de líquidos, adaptando la textura si es necesario (líquido, néctar, miel o pudín) en personas con riesgo de broncoaspiración.
11. Evitar alimentos de alto riesgo: No suministrar alimentos con espinas, huesos, pieles duras, semillas o texturas difíciles de tragar a personas con alteraciones neurológicas o disfagia.
12. Usar espesantes cuando se indique: En pacientes con disfagia, aplicar espesantes para lograr la consistencia segura y evitar riesgos de aspiración.
13. Realizar doble cocción si es necesario: Especialmente en dietas renales para reducir potasio (por ejemplo, en legumbres y ciertos vegetales).
14. Educar al personal regularmente: Capacitar constantemente al equipo de cocina y auxiliares sobre nuevas indicaciones dietéticas y buenas prácticas alimentarias para el adulto mayor.

ANEXO:
REGISTRO FOTOGRAFICO

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Jose Luis Acero Vargas	Nutricionista	Centro de Comunidad y Cuidado Hogar Golondrina de la Mesa
	Isabel Jiménez	técnico de alimentos	Centro de Comunidad y Cuidado Hogar Golondrina de la Mesa
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Preparar y servir según la dieta indicada para cada beneficiario	Manipuladores de alimentos	Durante la Ejecución del convenio 9663 de 2024
	Realizar seguimiento al servido, preparación, distribución y consumo de la dieta indicada a cada uno de los usuarios	Nutricionista Dietista	Durante la Ejecución del convenio 9663 de 2024
Próxima reunión	20/06/2025		
Elaboró	Jose Luis Acero Vargas – nutricionista Dietista		

OBLIGACIONES DE NUTRICIÓN Y SALUBRIDAD COMUNIDAD DE CUIDADO: HOGAR LAS GOLONDRINAS DE LA MESA

CONVENIO O CONTRATO: 9663/2024

FECHA: 18/06/2025

ANEXO FOTOGRAFICO – SOCIALIZACION DIETAS ALIMENTARIAS





REVISIÓN Y APROBACIÓN				
FECHA		NOMBRE COMPLETO	CARGO	FIRMA
Elaboro	30/6/2025	Jose Luis Acero	Nutricionista	
Reviso	30/6/2025	Álvaro Ferney Castro	Coordinador	

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 2 Fecha: Memo 20240185953 - 12/07/2024 Página: 1 de 1

1. Tema: Localizacion Dietas Alimentarias 2. Lugar o Localidad o Sede: Hogar Las Golondrinas 3. Fecha y hora: 18/06/2024 11 am 12 am

4. Nombre responsable: Jose Cuba Acero 5. Dependencia responsable:

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Pedro Vicente Tirado		74341935	Golondrinas	Auxiliar de cocina	Contrato		3143031078	
2	Mauricio Mora		3494639	Golondrinas	cocinero	contrato		3158460989	
3	Blanca Constanza Mup	CC	1053308183	Golondrinas	Auxiliar Cocina	contrato	[illegible]	3136763561	
4	Carolina Cruz Reyes	CC	1075230318	Golondrinas	cocina	Contrato	karolcruz882@gmail.	3206327738	
5	LIZZY PAOLA QUINTERO	CC	1075539688	Golondrinas	AXILIAR COCINA	Contrato	lizzipaola882@gmail.com	3202225960	
6	Heidy Salcedo	CC	1072[illegible]	Golondrinas	cocina	Contrato		319 3521147	
7	Mauricio Mora	CC	3494639	Golondrinas	cocina	Contrato		3158460989	
8	Maria Isabel Suarez	C.C	52477909	Golondrinas	TECNICO GASTRONOMIA	PRESTACION SERVICIOS	isabelsuarez73@gmail.com	3144287036	
9									
10									
11									

Tratamiento de datos personales "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de forma saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo

Powered by CamScanner