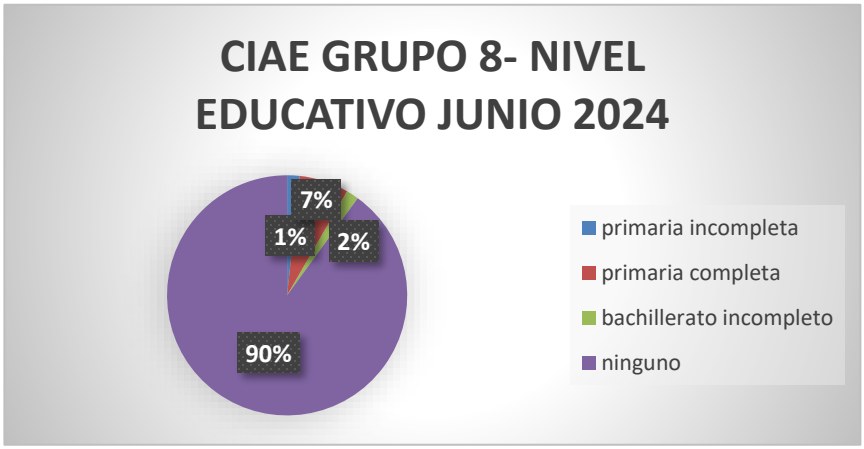
1. DATOS GENERALES
Fecha: 21/08/2024
Nombre del proyecto/servicio/localidad: Centro integrarte atención externa grupo 8 Localidad: Bosa
Personas asignadas para la construcción de la estrategia Información, educación y comunicación: Kimberly Katherin Ortega Rojas Nutricionista

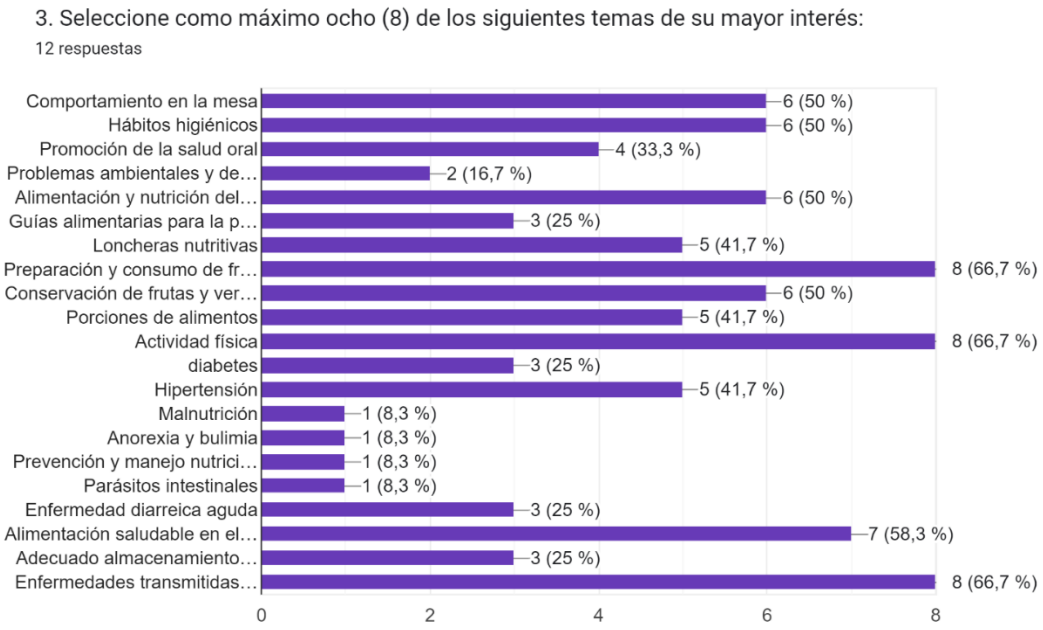
2.DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA
Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable: Teniendo en cuenta el nivel educativo de la población se clasifica de la siguiente manera: bachillerato incompleto 1 persona, básica primaria incompleta: 1 persona, básica primaria completa 4 personas y ningún nivel educativo: 54 personas.



Grafica 3. Clasificación CIAE grupo 8, según nivel educativo.

2.DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA

Además, se realizó la siguiente encuesta por medio de Google formularios, donde el 66,7% de los referentes familiares informan su interés por el tema talleres de alimentación saludable, preparación y consumo de frutas y verduras.



Grupo/s interactivo/s:

Referentes familiares de adultos con discapacidad vinculados al CIAE Grupo 8
Profesionales de CIAE Grupo 8

Identificación participativa de la necesidad:

Teniendo en cuenta la encuesta de promoción de hábitos de vida y alimentación saludable realizada a los referentes familiares, se priorizaron las siguientes temáticas a desarrollar:

-talleres de alimentación saludable, preparación y consumo de frutas y verduras.

2.DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA
Entornos: Individual ___, Familiar _X__, Institucional, _X__, Comunitario ___
Tema: “Vida sana en acción” Disfruta y cocina frutas y verdura cada día

3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA
Alcance de la estrategia IEC: Promover el adecuado consumo de frutas y verduras en el hogar, a través de diferentes estrategias de preparación de estas, con el fin de aumentar la aceptabilidad por parte de los participantes en su entorno familiar.
Objetivos: Información: Reconocer la importancia de un adecuado consumo de frutas y verduras y como incorporarlo en diferentes preparaciones en el hogar. Educación: Comprender la importancia de un adecuado consumo de frutas y verduras, además de realizar preparaciones saludables que las incluyan en la alimentación diaria. Comunicación: Implementar las prácticas aprendidas que hacen parte de un adecuado consumo de frutas y verduras “5 al día”.
Descripción de las acciones de información, educación y comunicación a desarrollar: En Información: Informar a los referentes familiares sobre el adecuado consumo de frutas y verduras reconociendo: sus propiedades nutricionales, la cantidad en porción de consumo al día, recetas saludables que las incluyan y sus propiedades para la salud. En educación: Fortalecer los conocimientos de los referentes familiares en cuanto el consumo de frutas y verduras y recetas que puedan incluirlas con el fin de mejorar su consumo y aceptación en el hogar. En comunicación: Se abordará especialmente durante los tiempos de comidas en el comedor reforzando por parte de todos los profesionales del centro integrarte, la aceptación de los alimentos ofrecidos, el nutricionista o equipo profesional estará en capacidad de realizar seguimiento mensual, así como, con las familias reforzar alimentación en el hogar.





Mensajes:
-- “Disfruta y cocina frutas y verdura cada día”

- Consumo de frutas y verduras 5 al día, 3 porciones de frutas y 2 porciones de verduras
- Incluir frutas y verduras en recetas saludables que sean deliciosas, fáciles y variadas

Herramienta/s pedagógica/s:

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
"Vida sana en acción" Disfruta y cocina frutas y verdura cada día	Objetivo: Identificar la importancia del consumo y la preparación de frutas y verduras cada día. Se realizará un taller con los referentes familiares acerca de la importancia del consumo de las frutas y verduras y las propiedades nutricionales de las mismas. Actividad pre- saberes las siguientes preguntas: 1) ¿Cuántas frutas debo consumir mínimo al día? 2) ¿Cuántas verduras debo consumir mínimo al día? 3) ¿Qué propiedades nutricionales en común tienen las frutas y verduras	Teniendo en cuenta la encuesta realizada a los referentes familiares donde el 66,7%expresa interés por talleres de alimentación saludable, preparación y consumo de frutas y verduras. 8 23 18	- Frutas y verduras como parte del taller de alimentación saludable. - Recetario frutas y verduras	Agosto 2024

	Actividad principal: Se realizara un taller de cocina saludable, donde se les enseñara a los referentes a preparar 1 receta saludables de frutas y verduras, al final se compartirá el recetario digital. Actividad evaluativa: se realizará las primeras preguntas presaberes como parte evaluativa.			

4. EVALUACIÓN

Se realizaron las siguientes preguntas por medio de un dado, dependiendo el numero que saliera se realizaba alguna de las siguientes preguntas

1) ¿Cuántas frutas debo consumir mínimo al día?
2) ¿Cuántas verduras debo consumir mínimo al día?
3) ¿Qué propiedades nutricionales en común tienen las frutas y verduras

Se observa que los referentes familiares reconocen la cantidad de frutas y verduras que deben consumir al día, además de como incluirlas en los diferentes tiempos de comida para lograr las porciones recomendadas 5 al día, al final se les envía un recetario de snack saludable, con el fin de que lo implementen en el hogar.

Anexo 1. Lista de asistencia

Elaborado por:
Kimberly Ortega
Nutricionista Dietista
Centro Integrarte Atención Externa Grupo 8

Nutricion

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO ASISTENCIA REUNIONES CON REFERENTES FAMILIARES CENTROS INTEGRARTE ATENCIÓN INTERNA Y ATENCIÓN EXTERNA	Código: FOR-PSS-103 Versión: 2 Fecha: Memo I2023018708 – 28/06/2023 Página: 1 de 2

TEMA DE LA ACTIVIDAD: Jornada de sensibilización o formación disfruta y cocina frutas y verduras. FECHA: 21/08/2024

HORA DE INICIO: 9:40 am HORA DE FINALIZACIÓN: 10:40am

No.	Nombre del participante	Nombre del referente familiar	Parentesco	Dirección	Barrio	Localidad	Teléfono
1	Cristian Cerquera	Felipe Cerquera F.	Hermano	Cll 69 Lsur 18 H 40	Villa Gloria	C. Bolivar	3197044494
2	Jorge Yesid Martinez	Dz Yolanda Martinez	mama	calle 69 N 18 61	20 de mayo	C Bolivar	3142270707
3	Usavannesa Acosta cueto	Florelsa Acosta cueto	madre	cl 56A Sur 19 26.	Casa Milagria	Usme	321 4247859
4	[illegible]	[illegible]	madre	cra 73 N 62 P 78	Celen	CBlva	3105653000
5	Sus tienes	Luz Mery Ramos P.	Madre	calle 62 G No 24 H 09.	Galicia	E Bolivar	317 376 40 69
6	Jhonny Ruiz	Nancy Cuervo	Madre	Cll 82 G Sur H 18	Los Arabia	C Bolivar	3144157210
7	Ma Camila Fernandez G.	Luis Fernandez	Padre	Cll 62 A Sur # 71 d - 42	Perdomo Voluntario	Ciudad Bolivar	321 3194426 305 7197880
8	Nubia Pineda	Mary Sori Tormalina	Mama	calle 73A # 17 58 # 16R - 49			3103176733
9	Elmer Carvajal	Elena Gonzales	Mamá	Dg 73 A Bis Sur	Sotavento	Ciudad Bol	3118674720
10	Juan Andres	Lusmy Jayara Bustos	mamá	Cll 69 Bsur # 69-61	El Ensueño	Ciudad Bolivar	3227476433

Nombre y cargo del profesional: Kimberly Ortega - nutricionista

Registro profesional: M.N.D. 07055

Tratamiento de datos personales: los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y el Decreto 1377 de 2013.

Scanned with CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO ASISTENCIA REUNIONES CON REFERENTES FAMILIARES CENTROS INTEGRARTE ATENCIÓN INTERNA Y ATENCIÓN EXTERNA	Código: FOR-PSS-103 Versión: 2 Fecha: Memo I2023018708 – 28/06/2023 Página: 2 de 2

TEMA DE LA ACTIVIDAD: Jornada de sensibilización o Formación frutas y verduras. FECHA: 21/08/2024

HORA DE INICIO: 9:40 am HORA DE FINALIZACIÓN: 10:40am

No.	Nombre del participante	Nombre del referente familiar	Parentesco	Dirección	Barrio	Localidad	Teléfono
11	Jefferson Duran Gallo	María Guzmán	Madre	Diag 62 #20B30 Sur	Tunal Central	19.	3054342499.
12	Alex Reinel Pavón	Sandra Milena Luis	madre	cra 18 D 74 48 Sur	Estella	19	3143554733
13	Edwin Fabian R	Olga Lopez	mamá	Cra 45B #70-50 Sur	Arborizadora Alta.	19	3123109402
14	Jaibert porra	Jaibert Estivenpa	papa	Tv 72D 69a 15 Sur	Cierra Morena	19	3204911326
15	Miguel A Rodríguez	Martha Juárez	Mamá	cll 68 BIS 21-03	J J Rondón	19	3192728695
16	CHRISTIAN T.A.	ANGELA AMAYA.	madre.	cll 63 #35-24 Sur	candelaria	19	3167817332

Nombre y cargo del profesional: Kimberly Ortega – Nutricionista

Registro profesional: M.N.P. 07055

Tratamiento de datos personales: los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y el Decreto 1377 de 2013.

Scanned with CamScanner