FECHA: 20-06-2025 **HORA DE INICIO:** 8:00 AM

TEMA:
Estrategia de promoción de lactancia materna: Alimentación complementaria en el marco de las Guías Alimentarias Basadas en alimentos para menores de 2 años, uso de vaso, taza y cuchara.
Plan de formación en BPM: AAVN, adecuada manipulación y uso.

OBJETIVO:
Promover la práctica de lactancia materna y la adecuada introducción de alimentación complementaria.
Promover el uso y manipulación adecuada de la bienestarina.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:

Se reúne al talento humano de la unidad de servicio y se socializan los temas:

Mensaje 3 de las GABAs para menores de dos años: Para favorecer la salud y nutrición de los niños y niñas, ofrezca a partir de los seis meses de edad alimentos variados, frescos y naturales, preparados en el hogar y continúe amamantando hasta los 2 años o más.

Presentación del esquema:

GUÍA PARA LA INTRODUCCIÓN DE ALIMENTOS PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 6 A 23 MESES

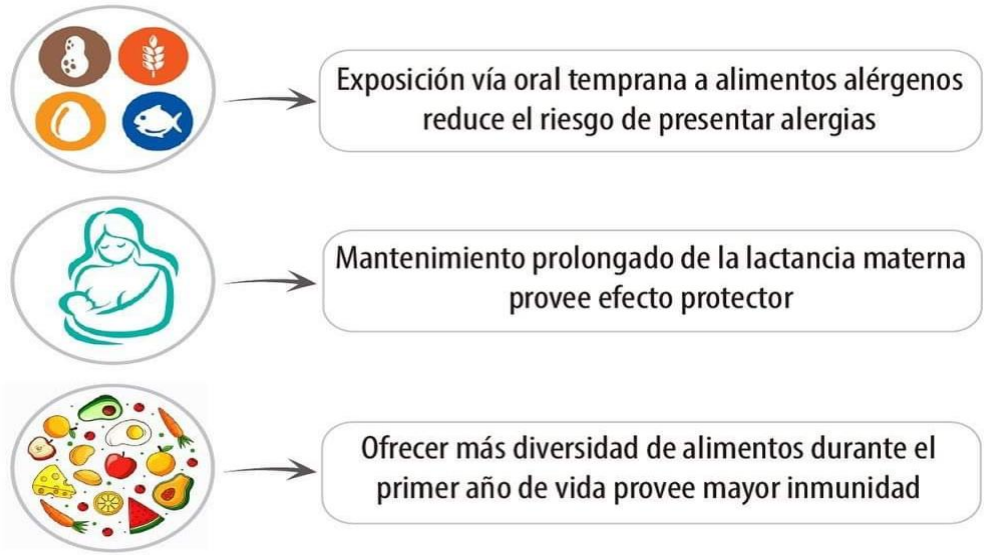
Grupo de alimentos	Subgrupo	Alimentos	Grupo de edad		
			6 a 8 meses	9 a 11 meses	12 a 23 meses
			Textura		
LECHE MATERNA			A LIBRE DEMANDA		DESPUÉS DE LAS COMIDAS
	Cereales	Arroz, maíz, trigo, cebada, avena, centeno, preparados en casa.	Machacados*	Machacados*	En la preparación de la familia.
	Derivados de cereales	Pastas, pan, arepas, envueltos, amasijos, coladas, tostadas, calados preferiblemente preparados en casa.	En trozos pequeños que el bebé pueda agarrar con la mano.	En trozos pequeños que el bebé pueda agarrar con la mano.	En trozos pequeños.
	Raíces, tubérculos, plátanos	Papa, yuca, ñame, arracacha, plátano verde.	Entre los 6 y los 7 meses de edad en puré o machados.	En trozos pequeños que el bebé pueda agarrar con la mano.	En trozos pequeños.
	Frutas	Frutas frescas como papaya, guayaba, manzana, mango, mandarina, naranja, granadilla, etc.*	En puré o en zumo para frutas como la granadilla.	En trozos pequeños que el bebé pueda agarrar con la mano.	En trozos pequeños.
	Verduras	Ahuyama, espinaca, brócoli, coliflor, zanahoria, etc.	En puré o trozos de verduras cocidas al vapor, en caso que no se puedan consumir frescas.	En trozos pequeños frescas o al vapor.	En trozos pequeños frescas o al vapor.

	Carnes	Carnes rojas y blancas, vísceras, pollo, cerdo, pescado fresco y especies menores como conejo, cuy.	Carne o pollo bien picados, desmechados, molidos o triturados.	Desmechados o cortados en trozos pequeños que el bebé pueda agarrar con la mano.	En trozos pequeños.
			Pescados sin espinas, deshuesados.	Pescados sin espinas, deshuesados.	Pescados sin espinas, deshuesados.
	Huevo	Huevo	Inicie con la yema evaluando tolerancia hasta ofrecerlo completo (yema más clara).	Todas las preparaciones.	Todas las preparaciones.
	Leguminosas	Frijol, garbanzo, lentejas, alverja seca.	Machacados combinados con cereales como el arroz.	Granos machacados combinados con cereales como el arroz.	Granos machacados combinados con cereales como el arroz.
	Azúcar simple, dulces	No adicionar azúcar, panela o miel en los alimentos y preparaciones. No ofrecer dulces.			

Machacado: Golpear para hacer pedazos, aplastar o cambiar de forma un alimento.

Adicional, se explica la transición de las texturas de la alimentación complementaria.

Frente a la prevención de las alergias:



Se aclaran mitos y realidades:

Suministrar frutas ácidas desde el inicio de alimentación complementaria.

La introducción de alimentos alergénicos debe realizarse al inicio de la alimentación complementaria para reducir riesgo de alergias.

El salmón es un alimento denso en nutrientes, por lo que puede ofrecerse en la alimentación complementaria.

Durante la socialización se solucionan dudas.

Al finalizar se realiza una dinámica de tingo tingo tango, para realizar aleatoriamente preguntas frente a la temática. Se evidencia adherencia a lo expuesto.

Uso de vaso, taza y cuchara:

El uso de vaso, taza y cuchara durante la introducción de la alimentación complementaria es fundamental para el adecuado desarrollo neuromotor, sensorial y nutricional del lactante. Estos utensilios promueven la coordinación mano-boca, el fortalecimiento de músculos orofaciales y el desarrollo de habilidades motoras finas, esenciales para una alimentación autónoma y segura. Además, favorecen la autorregulación del apetito y reducen el riesgo de sobrealimentación, frecuente en el uso de biberón.

Desde una perspectiva nutricional, el uso de cuchara permite ofrecer alimentos de consistencia adecuada, facilitando la transición progresiva de líquidos a sólidos. El uso de taza o vaso minimiza el riesgo de infecciones asociadas al biberón y estimula patrones de succión y deglución más maduros, claves para la salud oral.

Estas prácticas también previenen la instauración de hábitos alimentarios inadecuados y contribuyen a una relación positiva con los alimentos. Por lo tanto, introducir estos utensilios a partir de los seis meses, junto con alimentos complementarios adecuados, fortalece el desarrollo integral del niño y promueve prácticas de alimentación saludables desde etapas tempranas.

Bienestarina - AAVN

De acuerdo con lo expuesto en la cartilla de Bienestarina del ICBF, se explica que la bienestarina es un complemento alimentario de alto valor nutricional, el cual consiste en una mezcla de harinas y/o féculas de cereales (trigo, maíz), harina de soya y leche entera en polvo, con vitaminas y minerales. No contiene aditivos, ni conservantes, ni colorantes. Este producto es elaborado por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar – ICBF - y es entregado a la población vulnerable del País, a través de los programas del Instituto.

Se hace una explicación de las formas o preparaciones en las cuales se puede emplear, haciendo énfasis en recetas que debe hervir, por lo cual se enfatiza que este alimento debe hervir por un periodo máximo de 5 minutos, para evitar que se pierdan sus nutrientes y favorecer su aprovechamiento. Si se deja más tiempo al fuego, habrá pérdida de nutrientes.

Respecto al costo, se explica que este producto es elaborado por el ICBF y exclusivo para usuarios de la entidad. Por lo anterior, está prohibida su venta, comercialización y uso inadecuado. Sin embargo, es un alimento que tiene un costo de producción que puede oscilar sobre los 11.000

y 13.000 la bolsa, por lo cual debe ser usado adecuadamente. Se expone que este recurso finalmente se origina en los impuestos que se pagan.

Aspectos de manipulación de la bienestarina: la manipulación debe ser cuidadosa y mantener todas las prácticas adecuadas al igual que con cualquier alimento, evitando la contaminación en todo momento.

Se hace una breve descripción del proceso de fabricación de la Bienestarina, hasta cuando llega al punto de entrega, que en este caso es la UDS y posteriormente pasa a mano de los beneficiarios.

En todo momento, las personas debemos ser veedoras del adecuado manejo de la bienestarina, ya que es la inversión de recursos públicos.

Mitos comunes sobre la Bienestarina:

- ¿La Bienestarina Más® engorda? Falso.
- ¿La Bienestarina Más® cura el cáncer? Falso.
- ¿Hay partos de gemelos provocados por consumir Bienestarina Más®? Falso.

Se explica cada uno de ellos.

Se explican las variaciones que ha tenido la bienestarina y las nuevas presentaciones que actualmente se están entregando a los usuarios.




CDI FUNDACION SOLIDARIDAD POR COLOMBIA
COLOMBIA
BOGOTA

TEMA Cualificación Talento Humano FECHA 20-06-2025

NOMBRE	AREA	FIRMA
ANDREA ESCOBAR	AGENTE EDUCATIVA	ANDREA E
Marcela Sandoval	Auxiliar pedagogica	MARCELA SANDOVAL
Luz Dari Rodriguez Hernandez	Agente educativo	Luz Dari R
Mónica Inés Gutiérrez	Agente Educativa	Mónica Gutierrez
Angie Catalina Rebaya Serrano	Agente educativa	Angie Catalina Rebaya.
Jazmín Mahecha	Aux. Pedagogica	Jazmin Mahecha
María Eugenia Hidalgo M	Agente Educativa	María Eugenia Hidalgo.
Yaqueline Riaño Giraldez	Agente educativa	
Natalia Alvarez Espitia	Agente Educativa	Natalia Alvarez
ERICA ESCOBAR GARCIA	AGENTE EDUCATIVA	ERICA ESCOBAR GARCIA
Leidy Brigite Ortiz Rodriguez	Auxiliar Pedagógica	
Sandra Patricia Poveda P.	Agente Educativo	
Maritza Hernandez Suarez	Agente Educativa	Maritza H.
Aracelis Beleño	Agente Educativa	Aracelis B.
Diana Correa	Agente Educativa	Diana C.
Lilia Esperanza Rincón Morales	Agente Educativa	Lilia Rincon M
Maria Camila Leiva	Auxiliar Pedagogica	Camila L
Gloria yaneth Quiceno	Auxiliar Pedagogica	
Leidy Escobar	Gestora alimentos	
Tulia B Ortiz M	Gestora Alimentos	
Rosa Rios	Gestora alimentos	Rosa Rios.
Laidy Viviana Ramos Guzman	Gestora de Alimentos	Viviana Ramos
Johana Ruiz	Servicios Generales	Johana Ruiz
Milena Inga	Servicios	Milena Inga
Yadary Moreno	Servicios Generales	yadary Moreno
Leidy Echavarria	Servicios Generales	Leidy echavarria.
Rosalba Fraile	Agente Educativo	