Outlook

RV: INFORMES CUALITATIVOS COMEDORES COMUNITARIOS COMEDOR EL AMPARO -

Desde El Amparo Comedor <C_7340-2024_ElAmparo@outlook.com>
Fecha Jue 14/11/2024 8:41
Para corporacionlasiembra@gmail.com <corporacionlasiembra@gmail.com>; equipo_tecnico@sdis.gov.co <equipo_tecnico@sdis.gov.co>; vvillegas@sdis.gov.co <vvillegas@sdis.gov.co>; esuarezh@sdis.gov.co <esuarezh@sdis.gov.co>

1 archivo adjunto (47 KB)
REPORTE CUALITATIVO NF EL AMPARO.xlsx;

De: ANDREA RONDON <andrecaronutri@gmail.com>
Enviado: miércoles, 13 de noviembre de 2024 16:21
Para: equipo_tecnico@sdis.gov.co <equipo_tecnico@sdis.gov.co>; LA SIEMBRA <corporacionlasiembra@gmail.com>; vvillegas@sdis.gov.co <vvillegas@sdis.gov.co>; El Amparo Comedor <C_7340-2024_elamparo@outlook.com>
Asunto: Fwd: INFORMES CUALITATIVOS COMEDORES COMUNITARIOS COMEDOR EL AMPARO -

Cordial Saludo,

Adjunto informe cualitativo sobre las actividades realizadas en el comedor comunitario El Amparo. Detallando los logros alcanzados, las dificultades encontradas y las alternativas de solución propuestas en nuestros esfuerzos por promover estilos de vida saludables.

En Formato 20240912_for_pss_300_v1_reporte_cualitativo_mensual_promocion_practicas_saludables

Quedo a su disposición para cualquier consulta o comentario.Atentamente,

Andrea Rondón
NUTRICIONISTA

Outlook

Concepto Técnico Reporte Cualitativo para la PPSANAF Comedor Comunitario El Amparo

Desde Gina Paola Arocha Zuluaga <garochaz@sdis.gov.co>
Fecha Jue 21/11/2024 20:37
Para corporacionlasiembra@gmail.com <corporacionlasiembra@gmail.com>; C_7340-2024_ElAmparo <C_7340-2024_ElAmparo@outlook.com>
CC Luz Amanda Leon Bernal <lleonb@sdis.gov.co>; Equipo Técnico <equipo_tecnico@sdis.gov.co>

Cordial saludo estimado Comedor Comunitario El Amparo:

Agradecemos la entrega del reporte cualitativo de la implementación del Plan de Promoción de Prácticas Saludables de Alimentación, Nutrición y Actividad Física del convenio 7340/2024.

Dando cumplimiento a las orientaciones del anexo técnico:

Numeral 5.2.3.3. *Evaluación y reporte de implementación del Plan de promoción de prácticas saludables de alimentación, nutrición y actividad física El ASOCIADO deberá realizar un reporte cualitativo al finalizar el convenio, que dé cuenta de los logros, dificultades y oportunidades de mejora en el proceso desarrollado en el Formato Reporte cualitativo FOR-PSS-300_V1 el cual debe ser enviado a la Subdirección de Nutrición, vía correo electrónico, cinco (5) días calendario antes de la fecha de finalización del convenio.*

Desde la Subdirección de Nutrición de la SDIS confirmamos que el Comedor Comunitario El Amparo ***presentó a satisfacción el reporte cualitativo señalado, por tanto, el concepto es APROBADO.***

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
BOGOTÁ
Equipo Promoción de Prácticas Saludables en Alimentación Nutrición y Actividad Física
SUBDIRECCIÓN DE NUTRICIÓN
SECRETARÍA DISTRITAL DE INTEGRACIÓN SOCIAL
Tel: (571) 3279797

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REPORTE CUALITATIVO MENSUAL PROMOCIÓN PRÁCTICAS SALUDABLES DE ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-300 Versión: 1 Fecha: Memo 0824835737 - 12/09/2024 Página 1 de 1

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: KENNEDY PERIODO: II 2024

PROFESIONALES RESPONSABLES: Andrea Rondón (Nutricionista) - Responsable del servicio Jhon Soto (Coordinador)

LOGROS	DIFICULTADES	ALTERNATIVAS DE SOLUCIÓN
Introducción Comedor EL AMPARO: Este informe tiene como objetivo identificar las dificultades y proponer alternativas de solución en los procesos de promoción de estilos de vida saludable en el comedor comunitario El Amparo. Durante los últimos meses, se llevaron a cabo diversas actividades enfocadas en la alimentación consciente, sostenibilidad, la prevención y manejo de enfermedades no transmisibles, y la promoción constante de la actividad física. Estas iniciativas estuvieron dirigidas a una población diversa, incluyendo niños, niñas, adolescentes, adultos y adultos mayores, con una participación notablemente mayor entre los adultos, aunque también se involucraron algunos jóvenes. A través de estas actividades mixtas, se buscó no solo en educar a los beneficiarios sobre la importancia de adoptar hábitos saludables, sino también facilitar la implementación de cambios positivos en sus rutinas diarias, abordando los desafíos específicos que enfrenta cada grupo demográfico en su camino hacia un bienestar integral. Desarrollo de la actividad IEC: Mes de Junio Temática Celebración del Día de la Tierra y Promoción de la Actividad Física a través del Yoga Logros Alcanzados: 1. Sensibilización Ambiental: - Se logró sensibilizar a los beneficiarios sobre la importancia del cuidado del medio ambiente mediante la presentación y explicación de las "7 claves para el cuidado de la tierra". Este conocimiento fomentó una mayor conciencia sobre prácticas sostenibles como reducir, reutilizar y reciclar. 2. Empoderamiento Comunitario: - Los participantes fueron empoderados con información sobre cómo sus acciones individuales pueden contribuir a la protección y generación de ecosistemas. Esto se reflejó en un compromiso tangible por parte de los asistentes para implementar hábitos sostenibles en su vida diaria. Desarrollo de la actividad IEC: Mes de Julio Temática: ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE + UN SHOT DE ENERGIA Logros Alcanzados 1. Conciencia Alimentaria: Se logró aumentar la conciencia sobre la importancia de una alimentación saludable y sostenible entre los participantes, quienes mostraron interés en aplicar los principios aprendidos a sus hábitos diarios. 2. Participación Activa: Hubo una alta participación en las actividades grupales de baile y movimiento, lo que promovió la actividad física de manera divertida y accesible para todos los asistentes. Desarrollo de la actividad IEC: Mes de Agosto Temática: Promoción de actividad Física Logros Alcanzados Aumento de la Conciencia sobre la Salud: - Se logró incrementar la conciencia entre los beneficiarios sobre la importancia de la actividad física regular para el bienestar general y la prevención de enfermedades. 2. Participación Activa: - La actividad contó una participación, lo que demuestra un interés genuino de los beneficiarios en adoptar hábitos más saludables a través del movimiento corporal. 3. Mejora del Bienestar General: - Los beneficiarios reportaron mejoras en su bienestar físico y mental, destacando el impacto positivo de los ejercicios de estiramiento y movimiento en su vida diaria Desarrollo de la actividad IEC: Mes de Septiembre Temática: Alimentación consciente (Experiencial meditación del chocolate) + Movimiento corporal Logros Alcanzados 1.Conciencia Incrementada sobre la Alimentación Consciente: •Los beneficiarios adquirieron una mayor conciencia sobre sus hábitos alimenticios, aprendiendo a disfrutar y saborear los alimentos de manera más plena, como se demostró en la meditación con chocolate. 2.Reducción del Estrés y Aumento de la Satisfacción: •La práctica de la alimentación consciente ayudó a reducir el estrés y aumentar la satisfacción al comer, lo cual fue evidente en las experiencias compartidas por los beneficiarios durante y después de la actividad. Desarrollo de la actividad IEC: Mes de Octubre Temática: ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLE + PROMOCIÓN ACTIVIDAD FISICA Logros Alcanzados 1. Aumento del Conocimiento sobre Enfermedades No Transmisibles: - Los beneficiarios adquirieron un conocimiento más profundo sobre las enfermedades no transmisibles, sus características, y la importancia de la prevención y el manejo adecuado. 2. Conciencia sobre Factores de Riesgo: - Se logró aumentar la conciencia sobre los factores de riesgo asociados con estas enfermedades, como el sedentarismo, la mala alimentación y el tabaquismo.	Dificultades en el Desarrollo de la Actividad: Celebrando juntos el Día de la Tierra y el Yoga 1.Resistencia Cultural: - Descripción: Algunas personas pueden haber mostrado resistencia a cambiar hábitos profundamente arraigados, como el uso excesivo de plásticos o la dependencia de medios de transporte no sostenibles. - Impacto: Esta resistencia cultural puede haber dificultado la adopción de prácticas ambientales sostenibles entre los beneficiarios. 2.Falta de Conciencia Ambiental Previa: - Descripción: La falta de conocimiento previo sobre temas ambientales pudo haber hecho que algunos participantes no comprendieran completamente la urgencia y la importancia de las acciones propuestas. Dificultades: ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE + UN SHOT DE ENERGIA 1.Resistencia al Cambio de Hábitos: - Descripción: Algunos beneficiarios mostraron resistencia a modificar sus hábitos alimenticios establecidos, debido a la comodidad y familiaridad con sus rutinas actuales. - Impacto: Esta resistencia dificultó la adopción de prácticas alimenticias más saludables y sostenibles, limitando el alcance del programa. 2.Acceso Limitado a Alimentos Frescos: - Descripción: La disponibilidad de alimentos frescos y de temporada fue limitada en ciertas áreas, lo cual complicó la implementación de dietas equilibradas promovidas durante la actividad. - Impacto: La falta de acceso afectó la capacidad de los beneficiarios para aplicar los principios aprendidos sobre alimentación saludable y sostenible. Dificultades: Promoción de actividad física 1.Resistencia Inicial a la Actividad Física: - Descripción: Algunos beneficiarios mostraron resistencia inicial a participar en actividades físicas debido a la falta de hábito o motivación. - Impacto: Esta resistencia dificultó el inicio de la actividad para algunos, limitando su participación y los beneficios potenciales. 2.Diversidad en Niveles de Condición Física: - Descripción: Había una amplia diversidad en los niveles de condición física entre los beneficiarios, lo que complicó la planificación de ejercicios que fueran adecuados para todos. - Impacto: Esta diversidad hizo que algunos beneficiarios se sintieran desafiados o incómodos, afectando su experiencia y entusiasmo. Dificultades: Alimentación consciente (Experiencial meditación del chocolate) + Movimiento corporal 1.Resistencia a Nuevas Prácticas: •Descripción: Algunos beneficiarios mostraron resistencia a adoptar prácticas de alimentación consciente debido a la falta de familiaridad. •Impacto: Esta resistencia limitó la efectividad de la actividad para algunos individuos. 2.Distracciones Durante la Meditación: •Descripción: Las distracciones externas dificultaron que algunos beneficiarios se concentraran plenamente en la meditación con chocolate. •Impacto: Esto afectó la profundidad de la experiencia y los beneficios percibidos. Dificultades: ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLE + PROMOCIÓN ACTIVIDAD FISICA 1. Comprensión de Términos Médicos: - Descripción: Algunos beneficiarios tuvieron dificultades para comprender los términos médicos y conceptos complejos relacionados con las enfermedades no transmisibles. - Impacto: Esto limitó su capacidad para asimilar completamente la información presentada. 2. Resistencia al Cambio de Hábitos: - Descripción: Hubo resistencia entre algunos beneficiarios para cambiar hábitos de vida poco saludables, a pesar de entender los riesgos asociados. - Impacto: Esta resistencia afectó la implementación de estrategias de prevención recomendadas.	Alternativas de Solución 1.Resistencia Cultural: •Estrategias de Educación Continua: Implementar programas educativos continuos que aborden temas ambientales y sostenibles de manera regular, utilizando ejemplos concretos y locales para mostrar los beneficios tangibles de adoptar nuevos hábitos. •Involucrar a Líderes Comunitarios: Trabajar con líderes comunitarios para promover las prácticas sostenibles, ya que su influencia puede ayudar a cambiar percepciones y actitudes. •Incorporación de Prácticas Culturales: Integrar prácticas culturales y tradicionales en las actividades de sensibilización para hacerlas más relevantes y aceptables para la comunidad. 2.Falta de Conciencia Ambiental Previa: •Talleres Introductorios: Organizar talleres introductorios que expliquen de manera sencilla y accesible los conceptos básicos de sostenibilidad y su importancia, utilizando recursos visuales y ejemplos prácticos. •Materiales Educativos Adaptados: Desarrollar materiales educativos adaptados al nivel de comprensión de los beneficiarios, como folletos ilustrativos, videos cortos y actividades interactivas. 3. Educación Personalizada: Ofrecer sesiones de asesoramiento personalizado para abordar las preocupaciones individuales sobre el cambio de hábitos alimenticios, proporcionando estrategias adaptadas a las circunstancias personales de cada beneficiario. 4. Colaboración con Proveedores Locales: Establecer alianzas con agricultores y mercados locales para mejorar el acceso a alimentos frescos y de temporada, facilitando su disponibilidad a precios accesibles. 5. Materiales Educativos Diversificados: Desarrollar materiales educativos que cubran una variedad de niveles de conocimiento, desde conceptos básicos hasta avanzados, para asegurar que todos puedan beneficiarse de los talleres. 6.Motivación y Sensibilización Gradual: - Implementar sesiones de sensibilización previas para motivar a los beneficiarios, destacando los beneficios de la actividad física y ofreciendo testimonios de éxito para inspirar su participación. 7.Programas de Ejercicio Personalizados: - Diseñar programas de ejercicio que se adapten a diferentes niveles de condición física, asegurando que todos los beneficiarios puedan participar de manera segura y efectiva. 8. Uso de Lenguaje Sencillo y Ejemplos Prácticos: - Utilizar un lenguaje más sencillo y ejemplos prácticos para explicar conceptos médicos, facilitando la comprensión por parte de todos los beneficiarios. 9. Talleres de Motivación y Apoyo: - Organizar talleres adicionales que se centren en la motivación y el apoyo para el cambio de hábitos, utilizando testimonios y casos de éxito para inspirar a los beneficiarios.