ACTA N°

FECHA: 19/06/2025

HORA: 07:00 AM

LUGAR: JI Waldorf

TEMA: Cualificación a recurso humano sobre Alimentación infantil saludable.
Lactancia materna – higiene

ASISTENTES: Enfermera y Talento humano

ORDEN DEL DÍA:

1- Objetivo
2- Población objeto
3- Metodología
4- Observaciones

DESARROLLO:

1- Objetivo

Brindar información al recurso humano sobre Alimentación infantil saludable, lactancia materna y higuiene

Población objeto

Recurso humano y familias con niños y niñas menores de 5 años y madres gestantes de la unidad operativa CEF Waldorf.

Metodología:

Presentación magistral con tableros y marcadores

2- Observaciones:

Una alimentación saludable provee al niño y niña de todos los nutrientes esenciales para un correcto crecimiento –los huesos y músculos se desarrollan fuertes y sanos-, previene dolencias típicas de esta edad -como la anemia ferropénica, la desnutrición o el estreñimiento-, y disminuye el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares.

Una dieta equilibrada y variada resulta también fundamental para mantener el equilibrio de la flora bacteriana y reforzar el sistema inmunológico de cualquier persona; y más en los niños. Así mismo, contribuye a mantener las defensas altas ayuda a prevenir y combatir los resfriados, gripes y otras infecciones, que con tanta facilidad se contagian en guarderías, escuelas infantiles y centros escolares.

- **¿Qué necesidades nutricionales tienen los niños?**

Durante la infancia y la adolescencia, las necesidades energéticas y nutricionales son especialmente elevadas, ya que el organismo se encuentra en un constante estado de desarrollo y crecimiento. Y los alimentos contienen las diferentes sustancias nutritivas que éste necesita. Por lo tanto, el niño o adolescente debe consumir los productos adecuados para obtener el aporte necesario de:

- **Energía**. Durante el primer año de vida las necesidades de energía son muy elevadas, y luego bajan muy sensiblemente para ir aumentando de forma progresiva hasta la adolescencia.
- **Proteínas**. Las necesidades de proteínas son muy altas en los lactantes, disminuyen posteriormente, y se elevan de nuevo en la pubertad. Están presentes en las carnes, pescados, lácteos, legumbres, cereales y frutos secos, entre otros alimentos. Aumentando de forma progresiva hasta la adolescencia.
- **Hidratos de carbono**. El consumo de hidratos de carbono, tanto complejos (cereales o arroz), como simples (azúcar o miel), también es fundamental durante la infancia.
- **Fibra**. Para calcular la necesidad de fibra de los más pequeños, se suele realizar la siguiente operación: sumar a la edad del niño el número 5. Por ejemplo, un niño de ocho años necesitará 13 gramos de fibra al día (8+5). Esta fórmula es aplicable desde los dos años. La fibra, entre otros beneficios, ayuda a regular el colesterol y el nivel glucémico. Contienen fibra las legumbres, los cereales -fundamentalmente los integrales-, los frutos secos y las verduras, frutas y hortalizas.
- **Grasas**. Es importante controlar desde la infancia qué cantidad y tipo de grasas incluimos en la dieta. Sobre todo, los niños y adolescentes deben evitar el exceso de grasas saturadas, presentes en los alimentos de origen animal que tengan grasa, como la leche, la mantequilla, los lácteos, las carnes grasas y los embutidos y salsas. En cambio, son aconsejables las grasas de origen vegetal (mono insaturadas), especialmente el aceite de oliva

- **Vitaminas**. Un consumo adecuado de frutas y verduras –al menos cinco piezas o raciones al día, asegurarán al menos el aporte necesario de vitaminas C y A. Por otra parte, el consumo de carnes, pescados, huevos y lácteos proveen de vitamina B.
- **Minerales**. Por ejemplo, el calcio es esencial para la formación del esqueleto, por lo que los niños deben consumir abundantes lácteos y pescado azul. Durante los periodos de crecimiento rápido, los niños necesitan cantidades más elevadas de hierro, de manera que la dieta infantil debe incluir carne de vacuno, legumbres y cereales. Y por último, en la pubertad aumentan, sobre todo en las chicas, las necesidades de yodo. En consecuencia, el consumo moderado de sal yodada en las comidas puede ser aconsejable, aunque nunca debe abusarse.

- **¿Cómo conseguir que los niños coman bien?**

La educación es también la base de una correcta nutrición. Por esta razón, la familia desempeña un papel fundamental en el fomento de hábitos nutricionales y de vida saludables y es el entorno perfecto para conseguir que los menores sigan una dieta equilibrada.

Para lograrlo, el comportamiento de los distintos miembros de la familia ha de ser coherente con las recomendaciones verbales que se le hacen al niño, pues resulta difícil inculcar un hábito alimentario saludable, cuando quien lo aconseja no lo pone nunca en práctica. Así mismo, también el núcleo familiar debe organizar los horarios de forma que alguna de las comidas importantes se realice con los hijos.

Por último, hay que recordar que no se debe obligar a un niño a comer algo que no le gusta ni presentar la comida como un premio o castigo o con amenazas, ya que de esta manera se transmiten al niño o al adolescente mensajes erróneos sobre qué alimentos son buenos o malos, cuando todos son saludables y deben estar incluidos en una dieta equilibrada.

IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA:

- **Beneficios para el bebé:**

  La leche materna proporciona todos los nutrientes necesarios para el desarrollo saludable del bebé y lo protege de enfermedades.

- **Beneficios para la madre:**

  La lactancia materna ayuda a la recuperación postparto y reduce el riesgo de ciertas enfermedades a largo plazo.

- **Beneficios para la sociedad:**

La lactancia materna contribuye a la reducción de la desnutrición infantil y a la disminución de costos en salud.

HIGIENE DURANTE EL ACOMPAÑAMIENTO DE LA ALIMENTACIÓN

Se brinda educación al Recurso humano sobre Practica adecuada de higiene durante el acompañamiento de la alimentación

mediante presentación magistral por parte del personal de enfermería, dando a conocer los benéficos de mantener una buena Higiene de manos e higiene personal y adoptarlo en los niños desde temprana edad para que convierta en un habito de vida.

Se realiza cualificación de manera dinámica donde los docentes manifiestan entender y comprender y adaptar buenas practica de higiene con sus niños y niñas en la unidad operativa.

Cabe resaltar la participación activa de todo el recurso humano de la unidad operativa lo que hizo a esta cualificación más amena.

Cabe resaltar la participación activa de todo el recurso humano de la unidad operativa Waldorf lo que hizo a esta cualificación más amena.

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
-	-	-
-	-	-

CONVOCATORIA.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

PROYECTO 7744 GENERACIÓN DE OPORTUNIDADES PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA DE BOGOTÁ

FORMATO FICHA SIRBE TALLERES Y/O CURSOS SUBDIRECCIÓN PARA LA INFANCIA INFORMACIÓN BÁSICA Y TRANSVERSAL

Código: FOR-PSS-330 | Versión: 3 | Fecha: Memo I2023015020 – 24/05/2023 | Página: 1 de 2

Fecha de diligenciamiento: 19062025

Número Ficha: 2025 (Año) 19 (Localidad) 7744 (Proyecto) 1209 (Código Unidad Operativa) 37

SECCIÓN A. INFORMACIÓN SOBRE EL CURSO O CUALIFICACION:

1.Tema del taller y/o curso:	2. Subtema del taller y/o curso:	3. Nombre del taller y/o curso:	4. Código del taller y/o curso:	5. Número de Sesión:	6. Fecha de Inicio:	7. Fecha de finalización:
Alimentacion saludable	Higiene.	Lactancia Materna.		1	19062025	19062025

SECCIÓN B. INFORMACIÓN SOBRE EL INSTRUCTOR O RESPONSABLE:

1. Nombre del Instructor / responsable:	2. Tipo de documento:	3. Número de documento de Identidad:
Jesly Arboleda Vasquez	Cédula de ciudadanía... 1 Cédula de extranjería... 2	1077ccc5836

SECCIÓN C. INFORMACIÓN SOBRE LOS ASISTENTES: ***Literales F y G aplica solo a personas mayores de 14 años***

A. TIPODOCUMENTO DE IDENTIDAD	E. SEXO NACIMIENTO	F. GENERO	G. ORIENTACIÓN SEXUAL	H. ESTADO CIVIL	I.GRUPO ETNICO	K. DISCAPACIDAD	L. NIVEL EDUCATIVO ACTUAL	M. PARENTESCO CON LA NIÑA, NIÑO O ADOLESCENTE
1. Cédula de Ciudadanía 2. Cédula de extranjería 3. Tarjeta de Identidad 6. Registro civil 13. Pasaporte 18. PEP 21. Permiso por protección temporal 19. Salvo conducto 8. sin identificación	1. Hombre 2. Mujer 3. Intersexual	1. Masculino 2. Femenino 3. Transgénero (Travestí, transexual, transformista) 4. No informa 5. No binario 98. No aplica	1. Heterosexual 3. Bisexual 4. No Informa 5. Lesbiana 6. Gay 98. No aplica	1. Soltero-a 2. Casado-a 3. Unión libre 4. Separado-a/Divorciado-a 5. Viudo-a 6. Unión marital de hecho	1. Indígena 2. Rrom (Gitano) 3. Raizal del Archipiélago de San Andrés y Providencia 4. Palenquero de San Basilio 5. Negro-a, Mulato-a, afro colombiano-a, o afro descendiente 6. Ninguno de los anteriores	20.Física 31.Auditiva 32 Visual 39. Intelectual 10. Sordoceguera 36. Múltiple 40.psicosocial 38 Trastorno del espectro autista	23. Educación inicial (modalidad familiar) 14. Educación inicial (modalidad Institucional) 6. Preescolar 7. Básica primaria 8. Básica Secundaria y media 18. Técnico 19. Tecnológico 21. Universitaria incompleta (sin título) 12. Universitaria completa (con título) 22. Postgrado incompleto (sin título) 15. Postgrado completo (con título) 25. Educación desde lo propio 1. Ninguno	3. Padre/Madre 4. Padrastro/Madrastra 6. Abuelo-a 7. Hermano-a 8. Tio-a 9. Primo-a 10. Sobrino-a 11. Otro pariente 12. Otro no pariente

Nº	A DOCUMENTO DE IDENTIDAD Tipo	A Número	B APELLIDOS (Escriba: En el renglón 1, primer apellido; En el renglón 2, segundo apellido)	C NOMBRES (Escriba: En el renglón 1, primer nombre; En el renglón 2, segundo nombre)	D FECHA DE NACIMIENTO Día	Mes	Año	E SEXO	F GÉNERO	G ORIENTACIÓN SEXUAL	H ESTADO CIVIL	I GRUPO ETNICO	J VICTIMA DE CONFLICTO ARMADO	K ¿PERSONA CON DISCAPACIDAD?	K TIPO	L ESTUDIOS ALCANZADOS NIVEL (Años aprobados)	L Actualmente estudia?	M RELACIÓN CON SERVICIO FAMILIAR O CUIDADOR(RA) NIÑA-NIÑO O ADOLESCENTE	M PARENTESCO	M NÚMERO DE DOCUMENTO NIÑA, NIÑO O ADOLESCENTE	N NÚMERO INSCRIPCIÓN SIRSS	O LOCALIDAD	P UPZ	Q BARRIO	R DIRECCIÓN	S FIRMA DEL ASISTENTE
1	1	52858785	1 Posada 2 Torres	1 Francia 2 Alejandra	4	6	82	2	2	1	2	6	SI / NO	SI / NO Pase a L		12	SI	SI					19		El Consuelo	Cra 11 bis Bis 51-95	
2	1	53100096	1 Cortés 2 Rodriguez	1 Diana 2 Marcela	19	02	85	2	2	1	1	6	SI / NO	SI / NO Pase a L		5	NO	NO					19		Sierra Morena	TV 73D#75H-66	
3	1	1012392268	1 Espejo 2 Gutierrez	1 Leidy 2 Johanna	28	8	92	2	2	1	3	6	SI / NO	SI / NO Pase a L		5	SI	SI					19		Sierra Morena	TV 73 bis #75H-66	Leidy Johanna
4	1	1013643422	1 Quiñones 2 Duque	1 Nicol 2 Estefania	24	8	93	2	2	1	1	5	SI / NO	SI / NO Pase a L		12	NO	NO					19		Sierra Morena	TV 73 bis #75H-66	
5	1	1024 510416	1 Castellanos 2 Rivera	1 Gloria 2 Patricia	5	11	90	2	2	1	3	6	SI / NO	SI / NO Pase a L		12	SI	SI					19		Sierra Morena	TV 73 bis #75H-66	Gloria Castellanos
6	1	1084525987	1 Nieto 2 Moreno	1 Deniffer 2 Alejandra	6	01	92	1	2	1	1	6	SI / NO	SI / NO Pase a L		12	SI	SI					19	69	El Tesoro	TV 71 #64 B 55 Sur	Alejandra

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL PROYECTO 7744 GENERACIÓN DE OPORTUNIDADES PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA DE BOGOTÁ FORMATO FICHA SIRBE TALLERES Y/O CURSOS SUBDIRECCIÓN PARA LA INFANCIA INFORMACIÓN BÁSICA Y TRANSVERSAL	Código: FOR-PSS-330 Versión: 3 Fecha: Memo I2023015020 – 24/05/2023 Página: 2 de 2

(Continua) SECCIÓN C. INFORMACIÓN SOBRE LOS ASISTENTES:

Nº Integrante	A		B	C	D			E	F	G	H	I	J	K		L		M			N	O	P	Q	R	S
	DOCUMENTO DE IDENTIDAD		APELLIDOS Escriba: En el renglón 1, primer apellido En el renglón 2, segundo apellido	NOMBRES Escriba: En el renglón 1, primer nombre En el renglón 2,segundo nombre	FECHA DE NACIMIENTO			SEXO	GÉNERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	ESTADO CIVIL	GRUPO ETNICO	VICTIMA DE CONFLICTO ARMADO	PERSONA CON DISCAPCIDAD?	TIPO	ESTUDIOS ALCANZADOS		RELACIÓN CON SERVICIO			NÚMERO INSCRIPCIÓN SIRSS	LOCALIDAD	UPZ	BARRIO	DIRECCIÓN	FIRMA DEL ASISTENTE
	Tipo	Número			Día	Mes	Año									NIVEL Años aprobados	Actualmente estudia?	FAMILIAR O CUIDADOR(A) NIÑA,NIÑO O ADOLESCENTE	PARENTESCO	NÚMERO DE DOCUMENTO NIÑA, NIÑO O ADOLESCENTE						
7	1	53178180	1 Rodriguez 2 Cuervo	1 Sandra 2 Yamile	8	11	85	2	2	1	2	6	SI NO	SI NO Pase a L		8 5	SI NO	SI NO				19		Sierra Moreno	TV 73 bis 75 d-46	Sandra Rodriguez
8	1	53080753	1 Barbosa 2 Rodriguez	1 Viviana 2 Andrea	21	5	84	2	2	1	2	6	SI NO	SI NO Pase a L		8 5	SI NO	SI NO				19		Sierra Moreno	TV 73 bis 75 d-46	Viviana Barbosa
9	1	1024601433	1 Paz 2 Moreno	1 Lina 2 Tatiana	16	11	99	2	2	1	2	6	SI NO	SI NO Pase a L		18 5	SI NO	SI NO				19		Sierra Moreno	TV 73 bis 75 d 46	
10	1	1024441778	1 Ortiz 2 Urdoñez	1 Diana 2 Marcela	27	08	89	2	2	1	2	6	SI NO	SI NO Pase a L		3 5	SI NO	SI NO				19		Sierra Moreno	TV 73 75 b 46	
11	1	1033736736	1 Soche 2 Rodriguez	1 Briandes 2 Sirley	11	8	91	2	2	1	1	6	SI NO	SI NO Pase a L		18 NO	SI NO	SI NO				19	69	Sierra Moreno	TV 73 h Bis 75 b 46 sur	Briandes S
12			1 2	1 2									SI NO	SI NO Pase a L			SI NO	SI NO								
13			1 2	1 2									SI NO	SI NO Pase a L			SI NO	SI NO								
14			1 2	1 2									SI NO	SI NO Pase a L			SI NO	SI NO								
15			1 2	1 2									SI NO	SI NO Pase a L			SI NO	SI NO								

SECCIÓN D. DILIGENCIAMIENTO Y DIGITACIÓN

DILIGENCIAMIENTO DE LA FICHA:

Nombre de quien diligenció: Desly Paola Arboleda Mosquera

Nombre del Servidor-a Público-a responsable: Desly Arboleda

Firma Servidor-a Público-a: Desly Arboleda.

DIGITACIÓN EN SIRBE:

Nombre: _____

Firma: _____

D	D	M	M	A	A	A	A

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 Decreto 1377 de 2013.