ACTA GENERAL SOCIALIZACION ALIMENTACION COMPLEMENTARIA PERCEPTIVA

REUNION

FECHA: Bogotá, 14/08/2025.

HORA: 09:02 AM

LUGAR: Vía Virtual Whatsapp

TEMA: ALIMENTACION COMPLEMENTARIA PERCEPTIVA

ASISTENTES: familias y acudientes del jardín infantil salamandra

OBJETIVO: Orientar a las familias, cuidadores y talento humano sobre la adecuada alimentación complementaria perceptiva, promoviendo hábitos saludables y seguros, en concordancia con el desarrollo físico, emocional y social de los niños y niñas.

ORDEN DEL DÍA:

1) Saludo.
2) Tema.
3) Objetivo.
4) Desarrollo de la reunión
5) Compromisos
7) Firma de asistencia.

DESARROLLO:

Siendo las 09:02AM se realiza la socialización sobre el tema alimentación complementaria perceptiva

La alimentación en los primeros años de vida define de manera importante las características de la alimentación del adulto en el futuro. Los hábitos alimentarios, de higiene y estilos de vida saludable, se asimilan e integran a la personalidad durante los primeros años, consolidándose hasta perdurar incluso en la edad

adulta; de ahí la importancia de brindar una orientación adecuada y oportuna a las familias y otros adultos significativos, responsables de la atención y cuidado de las niñas y los niños, en cuanto a qué y cómo hacer para promover la co-construcción de hábitos saludables y valorarlos como factores protectores de la salud.

La relación de las personas con los alimentos inicia desde la gestación y acompaña cada una de las etapas de la vida, de tal manera que es fundamental que ésta práctica sea saludable, nutritiva y permita potenciar las capacidades de las niñas y los niños; a su vez, se debe favorecer una relación sana con los alimentos, reconociendo que esta debe trascender no sólo de aportar la energía y nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo físico, sino también a la concepción de la alimentación como un acto social, la cual permite entender que el consumo de alimentos debe darse en espacios cálidos, amigables, tranquilos y con cuidadores sensibles a los intereses de cada niña y niño.

- Principios de Alimentación Complementaria

✓ Practicar la lactancia materna exclusiva desde el nacimiento hasta los seis (6) meses de edad e introducir alimentos complementarios, a partir de los seis (6) meses de edad (180 días) y continuar con la lactancia materna.
La leche materna es el alimento ideal para las niñas y los niños desde el inicio de la vida, ya que cubre todos los requerimientos nutricionales para su adecuado crecimiento y desarrollo, además de ser una oportunidad para establecer el vínculo afectivo madre-hijo (a); es bien sabido que practicar la lactancia materna exclusiva desde el nacimiento hasta los seis (6) meses de edad protege contra infecciones, gracias a que la leche materna contiene células vivas de defensa que promueven el fortalecimiento del sistema inmunológico, además favorece la unión familiar y proporciona innumerables beneficios para el bebé, la madre, la familia y la sociedad. Por tal motivo, es relevante fomentar la lactancia materna exclusiva de acuerdo con las recomendaciones internacionales (hasta los seis (6) meses de edad del niño o la niña) e introducir los alimentos complementarios cumplidos los seis (6) meses de edad, es decir a partir del día 180 y continuar con la lactancia materna más allá de los dos años[1]. Las GABAS sostienen, que la asesoría en las dos primeras semanas de vida del bebé sobre la práctica de la lactancia materna exclusiva en los seis (6) primeros meses y su continuidad hasta los dos (2) años o más junto con la instauración de redes de apoyo, favorecen y fortalecen dicha práctica.

✓ ¿Por qué la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de edad?

- La leche materna aporta toda la energía, nutrientes y el agua que el bebé necesita hasta los 6 meses de edad.
- Iniciar la alimentación complementaria antes de los seis meses no mejora el crecimiento infantil.

[1]AMS. Resolución 54 de 2001

- La leche materna puede ser desplazada por otros alimentos o líquidos de inferior calidad, que pueden no ser tan nutritivos ni tener la suficiente energía para satisfacer las necesidades de las niñas o de los niños.
- Ofrecer alimentos o líquidos antes de los seis (6) meses de edad puede generar la reducción del consumo y producción de leche de la madre.
- Las niñas y niños antes de los seis meses de edad no cuentan con la suficiente madurez en la función intestinal, por lo tanto, pueden presentar dificultades para digerir otros alimentos.
- La exposición precoz de las niñas y niños a agentes infecciosos que puedan estar presentes en los alimentos aumenta el riesgo de enfermedad diarreica y de malnutrición.

✓ Por qué no es recomendable retrasar la introducción de la alimentación complementaria más allá de los seis meses?

- La lactancia materna exclusiva después del sexto mes de vida del bebé no proporciona la energía y nutrientes suficientes y puede conducir a disminución en el potencial de crecimiento y desnutrición.
- La lactancia materna exclusiva después de los 6 meses del bebé puede no satisfacer los requerimientos de algunos micronutrientes, en especial hierro y zinc.
- El óptimo desarrollo de las habilidades motoras orales como la masticación y el habla, pueden verse afectados, así como la disposición de la niña o el niño a aceptar nuevos sabores y texturas.

✓ Mantenimiento de la lactancia materna: Continuar con la lactancia materna frecuente y a demanda hasta los dos (2) años o más

La alimentación complementaria se debe iniciar a partir de los 6 meses, procurando un incremento gradual en la introducción de alimentos, a la vez que se continúa brindando la lactancia materna hasta los 2 años o más, teniendo en cuenta los múltiples beneficios para la niña o el niño, para la madre, la familia y el país; la leche materna debe seguir siendo una parte integral de la dieta, una vez introducida la alimentación complementaria.

Una lactancia materna deficiente junto a una alimentación complementaria insuficiente e inadecuada en las niñas y los niños menores de 2 años, aumentan el riesgo de desnutrición; la alimentación complementaria introducida tempranamente representa un factor de riesgo para enfermedades infecciosas y por otro lado la introducción tardía de alimentación complementaría, constituye un riesgo de desnutrición.[2]

En el caso de niñas y niños amamantados, que asisten a los jardines Infantiles o casas de pensamiento intercultural, el servicio debe contar con las condiciones y los recursos para que la madre pueda realizar la extracción, conservación y suministro de la leche materna, garantizando condiciones óptimas para ello. La leche materna extraída deberá ser ofrecida al bebé en taza o con cuchara, de igual manera, a los bebés que están siendo amamantados y

[2] Ibídem.

que por alguna situación excepcional deben recibir leche artificial, ésta deberá ofrecerse en taza o con cuchara.

La lactancia materna sigue ofreciendo un aporte nutricional importante pasado el primer año de vida, continúa aportando diversas sustancias de tipo inmunológico, hormonal y enzimático, importantes para continuar favoreciendo el desarrollo del sistema inmunológico, digestivo, motor y cerebral.
La Organización Mundial de la Salud estima los siguientes aportes energéticos a diferentes edades de las niñas y niños como se evidencia en la siguiente tabla:

Cuadro 1. Cubrimiento de las necesidades energéticas en bebés de 0 a 23 meses.

Edad	Aporte energético de la Leche Materna	Aporte energético de la Complementaria
Menores de 6 meses	100%	0%
6-8 meses	70 %	30 %
9-11 meses	55 %	45 %
12-23 meses	40 %	60 %

Fuente: Adaptado de WABA. Semana Mundial de la Lactancia materna 2005.
http://worldbreastfeedingweek.net/support/2005/cal%2705_spa.pdf

- ✓ Practicar la Alimentación Perceptiva.

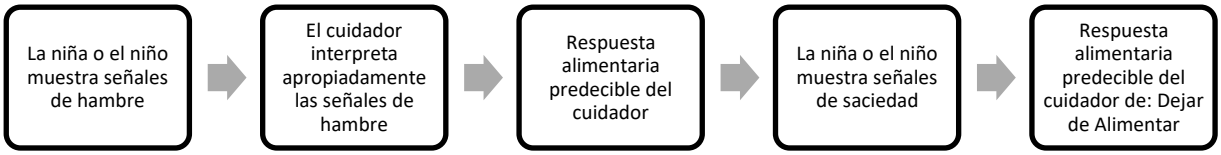
Los dos primeros años de vida representan una ventana de oportunidad para que los lactantes menores y mayores en rápido desarrollo, aprendan a aceptar y adquirir el gusto por alimentos saludables y establezcan patrones de alimentación a largo plazo, que puedan prevenir el inicio de la obesidad, entre otras enfermedades crónicas y problemas de salud bucal. Debido a que las niñas y los niños no tienen la capacidad de verbalizar sus necesidades alimentarias y psicoemocionales, las y los cuidadores deben aprender a entender cómo se comunican las niñas y los niños a partir de diferentes conductas; lo anterior es lo que se conoce como alimentación perceptiva[3].
La alimentación de las niñas y los niños es un componente clave de su crianza, que implica mucho más que ofrecer comida. Lo anterior, requiere que las y los cuidadores decidan qué tipos de alimentos están disponibles para las niñas y los niños, la cantidad de comida que se sirve, la frecuencia con la que se ofrecen los alimentos y el tipo y tamaño de utensilios utilizados para comer. Por otra parte, las niñas y los cuidadores influyen también en el ambiente al momento de comer, cuándo y dónde se ofrece la comida, actuando como modelos a seguir que las niñas y los niños aprenden a imitar al interactuar con ellas y ellos; es por ello por lo que los momentos de alimentación deben ser agradables y llenos de interacciones verbales y no verbales entre la niña o niño y cuidador.
La alimentación perceptiva, que genera una interacción adecuada y positiva entre los cuidadores y la niña o el niño durante el tiempo de comida, es necesaria para que las niñas y los niños adquieran el gusto por alimentos y bebidas saludables sin presión indebida. De tal manera que el entorno social y el ambiente que rodea la alimentación, pueden facilitar o evitar la familiarización de la niña o el niño con alimentos saludables.

Las conductas de alimentación de las familias y/o cuidadores desempeñan un papel clave en la formación de preferencias alimentarias en las niñas y los niños, por lo cual la alimentación perceptiva, es una dimensión clave de la crianza, necesaria para desarrollar hábitos saludables desde la infancia, como se planteó previamente.

Existe un reconocimiento creciente que la alimentación complementaria óptima está relacionada no sólo con el qué se come, sino también con el cómo, cuándo, dónde y quién alimenta a la niña o el niño (Pelto y col., 2002).

Las siguientes son orientaciones en la implementación de una alimentación perceptiva para las familias y/o cuidadores de niñas y niños:

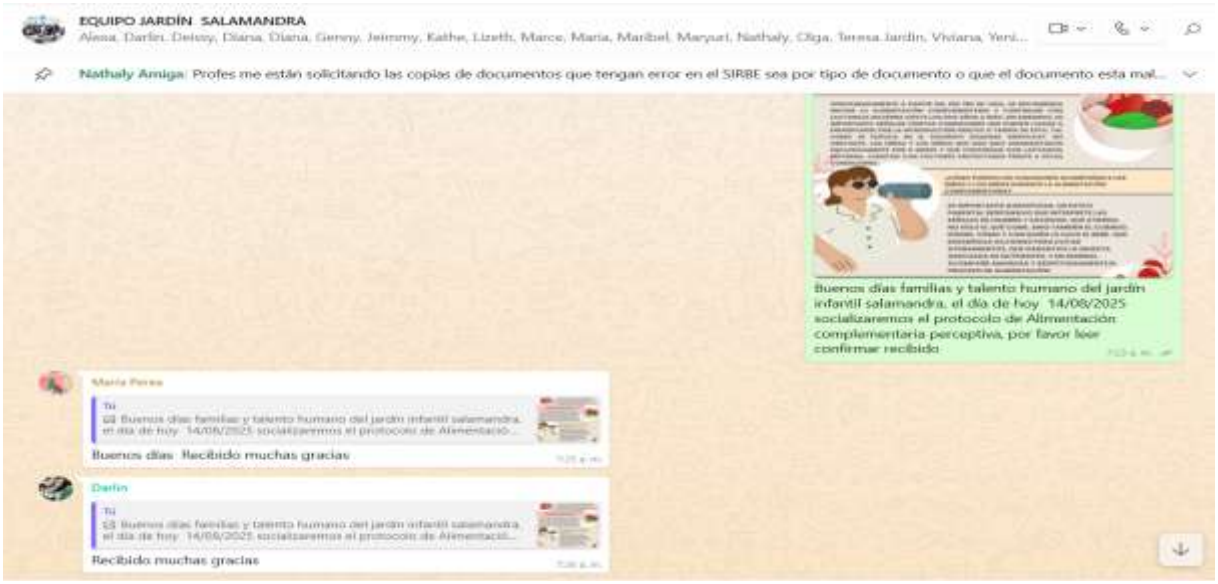
- Alimentar a los lactantes directamente y asistir a las niñas y los niños mayores cuando comen por sí solos, respondiendo a sus signos de hambre y satisfacción.
- Alimentar despacio y pacientemente y animar a las niñas y niños a comer, pero sin forzarlos. Brindar los alimentos a la fuerza implica maltrato físico y/o emocional.
- Si las niñas y los niños rechazan varios alimentos, experimentar con diversas combinaciones, sabores, texturas y métodos para animarlos a comer.
- Minimizar las distracciones durante las horas de comida si la niña o el niño pierde interés rápidamente.
- Hay que recordar que los momentos de comer son periodos de aprendizaje y amor.
- Hablar con las niñas y los niños y mantener el contacto visual.
- Evitar comparar a las niñas y los niños con otros, reconociendo que cada uno es valioso en la diferencia.
- Responder a las necesidades de alimentación de la niña o el niño de una manera pronta, emocionalmente positiva y apropiada para el desarrollo.
- También es importante que los cuidadores comprendan que las niñas y los niños tienen una capacidad gástrica limitada, y por lo tanto requieren ser alimentados con porciones de tamaño apropiado a su edad y etapa de desarrollo, de allí la importancia del uso de recipientes y utensilios apropiados para el momento del desarrollo, suministrados por el cuidador.



EVIDENCIA FOLLETO

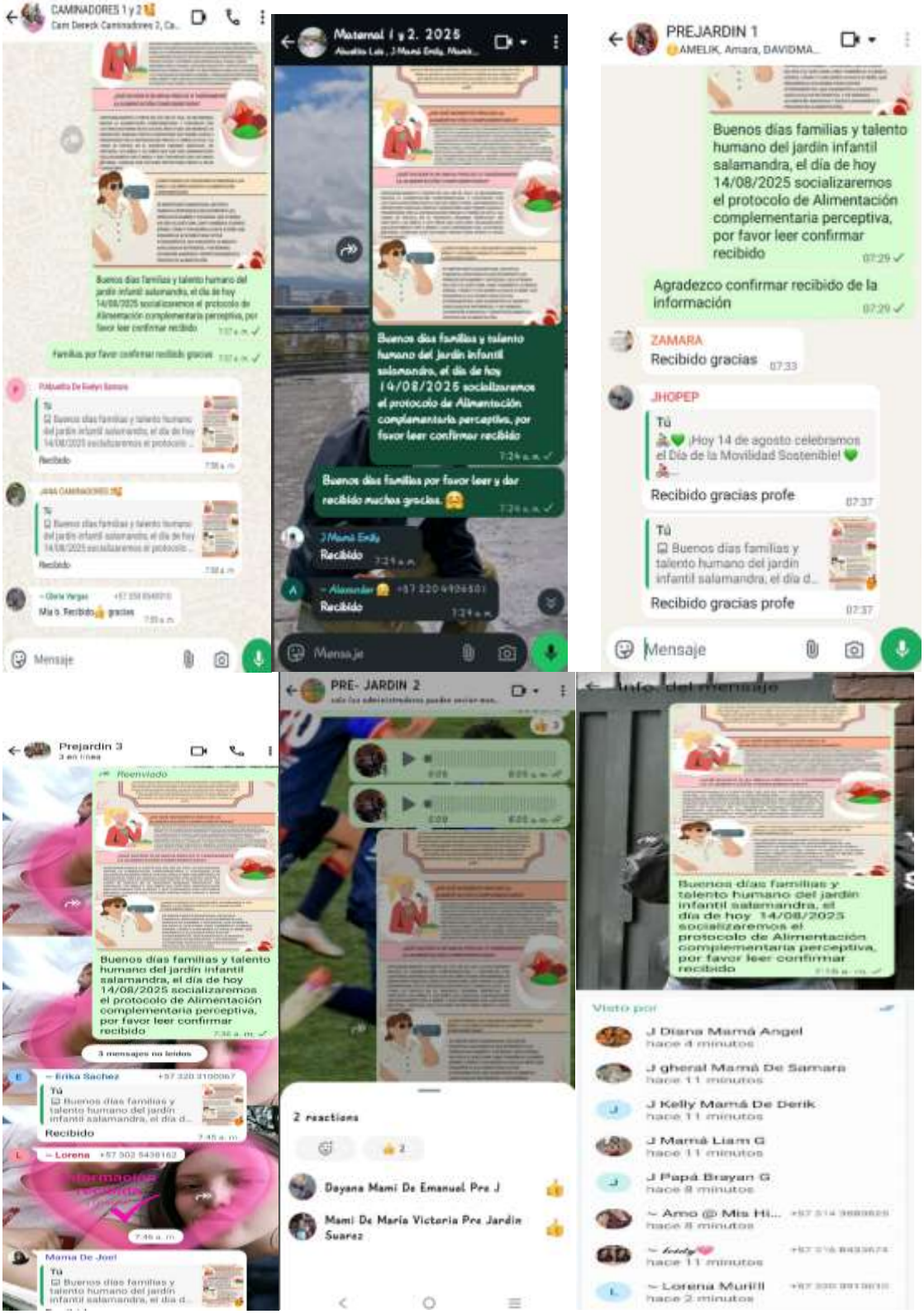


EVIDENCIA ENVIO A TALENTO HUMANO





EVIDENCIA ENVIO A LAS FAMILIAS



Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Yeni Patricia Morales Martínez	Responsable del servicio	J.I Salamandra	
Paola Duque Umbarila	Profesionales y técnicas de Atención a P.I	J.I Salamandra	
Carmen Alexandra Velandia	Profesionales y técnicas de Atención a P.I	J.I Salamandra	
Marcela Maldonado	Profesionales y técnicas de Atención a P.I	J.I Salamandra	
Leydi Yoana Hernández	Profesionales y técnicas de Atención a P.I	J.I Salamandra	
Darlin Sayda Mosquera Vaca	Profesionales y técnicas de Atención a P.I	J.I Salamandra	
Luz Kimely Matta Lozano	Profesionales y técnicas de Atención a P.I	J.I Salamandra	
Diana Sirley Sierra Chisco	Profesionales y técnicas de Atención a P.I	J.I Salamandra	
Mayurly Parra Sierra	Profesionales y técnicas de Atención a P.I	J.I Salamandra	
Diana Elizabeth Morales Martínez	Profesionales y técnicas de Atención a P.I	J.I Salamandra	
Jeimmy Alexandra Muñoz	Auxiliares de Atención P.I	J.I Salamandra	
Claudia Viviana Félix Jimenez	Auxiliares de Atención P.I	J.I Salamandra	
Laura Nataly Vélez	Apoyo Administrativo	J.I Salamandra	

ELABORADO POR: Yeni Patricia Morales Responsable del servicio
Leidy Paola Duque u Profesional de atención a primera infancia

María Aleyda Perea	Personal Aseo e Higiene	J.I Salamandra	
Genny Alexandra Parra	Personal Aseo e Higiene	J.I Salamandra	
Katherine Juliette Herre	Personal Aseo e Higiene	J.I Salamandra	
Marybel Rincon Herrera	Personal Servicio de Alimentos	J.I Salamandra	
Olga Lucia Quina Pérez	Personal Servicio de Alimentos	J.I Salamandra	
María Teresa Puentes	Personal Servicio de Alimentos	J.I Salamandra	