ACTA N°

FECHA: Bogotá, agosto 13 de 2025

HORA: 7.00AM

LUGAR: Jardín Cofinanciado Raíces

TEMA: alimentación complementaria

ASISTENTES: Madres, padres y acudientes de la unidad operativa

ORDEN DEL DÍA:

-Entrega de infografía a las profesionales de atención

- Socialización a las familias

- Collage evidencias y firmas de las familias que participaron.

-

-

DESARROLLO

siendo las 7:00 AM la profesional en atención a la primera infancia Luz Helena Ramírez, hace entrega a las responsables de cada nivel una infografía, con el fin de compartir a las familias de la unidad operativa información sobre alimentación complementaria socializando la importancia de brindar orientación y herramientas a cada una de las familias del jardín infantil para la promoción de prácticas de alimentación complementaria con las niñas, niños, de manera que favorezcan un estado nutricional y de salud optimo en la primera infancia.

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.

¿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.
- 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.

- Los alimentos deben brindarse en taza, pocillo, vaso o con cuchara. No utilizar biberón para brindar los alimentos, dado que con su uso se aumenta el riesgo de enfermedades infecciosas, caries dental, mal posicionamiento dental y dificultades en el habla.
- Iniciar con pequeñas cantidades de alimentos a los 6 meses y aumentar la cantidad teniendo en cuenta el crecimiento, manteniendo de manera simultánea la lactancia materna.
- Se deberá iniciar la alimentación complementaria con cantidades de alimento pequeñas, las cuales irán aumentando a medida que la niña o niño crece, de acuerdo al aumento en sus necesidades de nutrientes y energía, para lo cual también es importante tener en cuenta la cantidad de alimentos que la niña o el niño pueda consumir en una comida: "depende de la capacidad o tamaño de su estómago, la cual usualmente es de 30 ml por kg de peso" Igualmente, es necesario tener presente la densidad energética de los alimentos ofrecidos, ya que dependiendo de esto la niña o el niño requerirá más o menos alimento.

EVOLUCIÓN DE SEÑALES DE HAMBRE Y SACIEDAD DURANTE LOS DOS PRIMEROS AÑOS DE VIDA

Edad	Señales de hambre	Señales de saciedad
O hasta 5 meses	• Despierta y se sacude • Chupa el puño • Llora • Abre la boca cuando se lo alimenta indicando que quiere más	• Aprieta los labios • Voltea la cabeza • Detiene la succión • Escupe el pezón o se queda dormido cuando está lleno
4 hasta 6 meses	• Llora • Sonríe, mira al cuidador, hace sonidos guturales mientras come para indicar que quiere más • Acerca la cabeza a la cuchara o intenta llevar la comida a la boca	• Disminuye velocidad de succión o deja de succionar cuando ya está lleno • Escupe el pezón • Voltea la cabeza • Puede distraerse o prestar más atención a su entorno
5 hasta 9 meses	• Quiere alcanzar la cuchara o la comida • Señala la comida	• Come más lento • Empuja la comida hacia fuera.
8 hasta 11 meses	• Quiere alcanzar la comida • Señala la comida • Se emociona cuando ve la comida	• Cierra la boca o escupe la comida

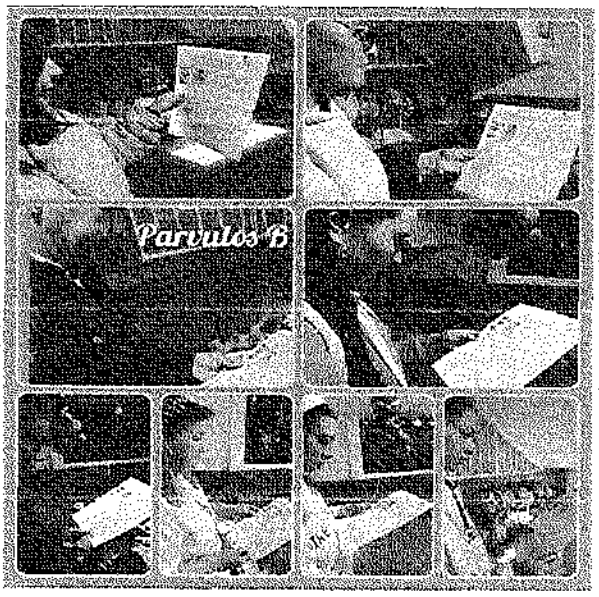
INDICACIONES PARA EL INICIO DE LA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

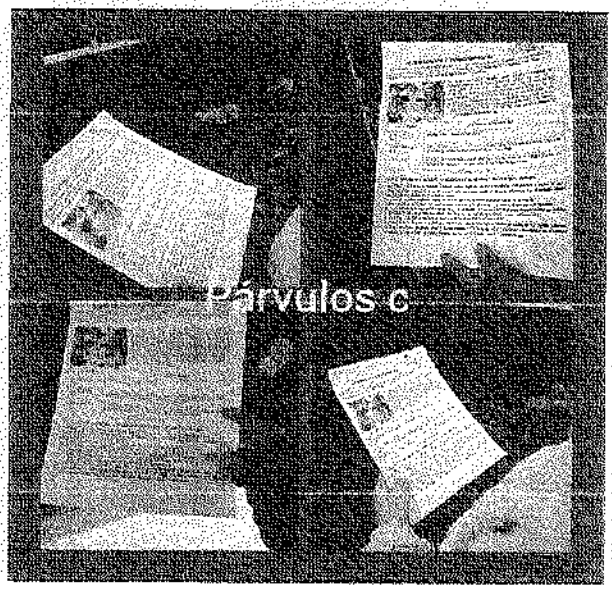
Las niñas y los niños lactantes pueden comer papillas, purés y alimentos semisólidos a partir de los 6 meses de edad. La mayoría de las niñas y niños también suelen consumir alimentos que se pueden comer con los dedos, desde los 8 meses de edad.

- Al cumplir un año, las niñas y los niños en general pueden comer el mismo tipo de alimentos que el resto de la familia.
- Deben evitarse los alimentos que puedan causar que las niñas y los niños se atoren o atraganten como nueces, uvas, zanahorias crudas, etc.)
- Se recomienda aumentar la consistencia y la variedad de los alimentos gradualmente conforme crece la niña o el niño, adaptándose a los requisitos y habilidades que van adquiriendo paulatinamente. El desarrollo neuromuscular de niñas y niños determina la edad mínima según la cual puede comer cierto tipo de alimentos. Los alimentos semisólidos o purés son indicados al comienzo, hasta que aparezca la habilidad de masticar.
- Debido a su pequeña capacidad gástrica y a su apetito variable, a las niñas y los niños resulta mejor ofrecerles pequeñas porciones varias veces al día.
- A las niñas y los niños les gusta más consumir alimentos visualmente atractivos y gustosos; también manifiestan mayor aceptación, cuando antes de ofrecerles un alimento o preparación determinada, se les brinda información sobre sus características, de acuerdo con el nivel de desarrollo que posean.
- Es importante invitar a las niñas y los niños a identificar los alimentos a través de sus olores, colores, formas, texturas, volumen, peso y temperatura.
- Se debe incentivar a las niñas y los niños a alimentarse solos, brindándoles la orientación necesaria y prestando ayuda, por ejemplo, para usar los cubiertos.
- Las niñas y los niños deben tener su propio plato de manera que se pueda determinar cuánto alimento están consumiendo; también es necesario usar los utensilios apropiados para su edad.
- Algunas pruebas sugieren que existe una "ventana crítica" de tiempo para la introducción de los alimentos sólidos, es decir que, si no se hace antes de los 10 meses de edad, se podrían presentar dificultades con la alimentación en el futuro.
- Es importante tener en cuenta las costumbres alimentarias, las historias de vida de cada niña y niño, y reconocer las diferencias étnicas, sociales, culturales y físicas.


Caminadores




Párvulos B


Párvulos C

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Laura Sanchez	mamá	J.I RAICES	Laura Sanchez
Angie Zapata	mamá	J.I RAICES	Angie Zapata
Yesika Oyuela	mama	J.I RAICES	Yesika Oyuela
Tatiana Quintero	mamá	J.I RAICES	Tatiana Quintero
Heidy Valencia	mamá	J.I RAICES	Heidy Valencia
SONIA BOSA	MAMÁ	J.I RAICES	SONIA BOSA
Ana Liz Paipirez	mamá	J.I RAICES	Ana Liz Paipirez
Yensbeth Mujica	mamá	J.I RAICES	Yensbeth Mujica
Amanda Arevalo	Abuela	J.I RAICES	Amanda Arevalo
Karolina Ortega	mamá	J.I RAICES	Karolina Ortega
Karen Mendoza	mamá	J.I RAICES	Karen Mendoza
Mercedes Guaqueo	mamá	J.I RAICES	Mercedes G.
Monica Ortiz	Mamá	J.I RAICES	Monica Ortiz
Jenny Florez	Mamá	J.I RAICES	Jenny Flórez
Yeliny Hernandez	mama	J.I RAICES	Yeliny Hernandez
Gisela Caviedes	mamá	J.I RAICES	Gisela Caviedes

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Magdalena Vega	Mamá	J.I RAICES	Magdalena Vega
Yenifer Capera	Mamá	J.I RAICES	Yenifer Capera
Betsy Veragara	Mamá	J.I RAICES	Betsy Veragara
Nilsa Gonzalez	Mamá	J.I RAICES	Nilsa Gonzalez
Franklin Orozco	Papá	J.I RAICES	Franklin Orozco
Blanca Vargas	Mamá	J.I RAICES	Blanca Vargas
Sandra Piñeros	Mamá	J.I RAICES	Sandra Piñeros
Ana Maria Nieto	Mamá	J.I RAICES	Ana Maria Nieto
Rafael Herrera	Papá	J.I RAICES	Rafael H
Jeicy losada	Mamá	J.I RAICES	Jeicy losada
Natalia Gonzalez	Mama	J.I RAICES	Natalia Gonzalez
Alejandro Zuluaga.	Papá	J.I RAICES	Alejandro Zuluaga
Dorian Valencia	Acudiente.	J.I RAICES	Dorian Valencia
Jenifer Rojas.	Mamá	J.I RAICES	Jenifer Rojas
Victor Diaz.	Papá	J.I RAICES	Victor Diaz
Roxana Suarez.	Mamá	J.I RAICES	Roxana Suarez

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Yenifer Cabera	Mamá	J.I RAICES	Yenifer C.
Angie Valencia	Mamá	J.I RAICES	Angie Valencia
Yessica Angelo	Mamá	J.I RAICES	Yessica Angelo
Edisson Peña	Papá	J.I RAICES	Edisson
Laura Martinez	Mamá	J.I RAICES	Laura Martinez
Jenny Salinas	Mamá	J.I RAICES	Jenny Salinas
Shadiant Polo	Mamá	J.I RAICES	Shadiant Polo
Leidy Moncada	Mamá	J.I RAICES	Leidy moncada
Yolima Polido	Mamá	J.I RAICES	Yolima Polido
Brigith Fernandez	Mamá	J.I RAICES	Brigith Fernandez
Neider Barcasnegra	Tio	J.I RAICES	NEIDER
Zharais Garcia	Mamá	J.I RAICES	Zharais
Viviana Saza	Mamá	J.I RAICES	V.Viana S.
Maria Sanchez	Mamá	J.I RAICES	Maria Sanchez
Rosa Angel	Mamá	J.I RAICES	Rosa angel
Maria Enciso	Mamá	J.I RAICES	maria Enciso

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Karen Y. Peña	mamá	J.I RAICES	Karen Y. Peña
Fabian Aguilar	papá	J.I RAICES	Fabian Aguilar
Naimay Irragabal	mamá	J.I RAICES	Naimay Irragabal
Ivonne Pena	mamá	J.I RAICES	Ivonne Pena
Daniela Andrade	mamá	J.I RAICES	Daniela Andrade.
Gloria Cabrera	mamá	J.I RAICES	Gloria Cabrera
Tayra Beltran	mamá	J.I RAICES	Tayra Beltran
Mary Hernandez	mamá	J.I RAICES	Mary Hernandez
Diana Pagge	mamá	J.I RAICES	Diana Pagge.
Maria del Pilar Ospino	mamá	J.I RAICES	Maria del Pilar Ospino
Yamile Rojas	mamá	J.I RAICES	Yamile Rojas.
Delybeth Salas	mamá	J.I RAICES	Delybeth Salas.
Jacqueline Pelaez	mamá	J.I RAICES	Jacqueline Pelaez
LEIDY MAYORA	MADRE	J.I RAICES	Leidy Mayora
Elsa Diaz	mamá	J.I RAICES	Elsa Diaz.
Marlios Barranzuela	mamá	J.I RAICES	Marlios Barranzuela.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Yorgelis Yepes	Mamá	J.I RAICES	Yorgelis Yepes
Blanca Muñoz	Acudiente	J.I RAICES	Blanca M
MARIA ROMERO	mamá	J.I RAICES	MARIA ROMERO
Leydy Varon.	mamá	J.I RAICES	
Luis F. Gutierrez	Papá	J.I RAICES	
Karina Diaz	mamá	J.I RAICES	Karina Diaz
Angeliza Peña	mamá	J.I RAICES	
Sandra Rodriguez	mamá	J.I RAICES	Sandra Rodriguez
TATIANA ARIAS	MAMÁ	J.I RAICES	TATIANA ARIAS
Lorena Gonzalez	mamá	J.I RAICES	Lorena Gonzalez
Magda. Rodriguez	mamá	J.I RAICES	Magda Rodriguez
Angelica Hernandez	mamá	J.I RAICES	Angelica Hernandez
		J.I RAICES	
		J.I RAICES	
		J.I RAICES	
		J.I RAICES	

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Gonera Atahuera	mama	J.I RAICES	Gonera Atahuera
Cristina Morales	mamá	J.I RAICES	Cristina Morales
Estefanía	Acudiente	J.I RAICES	Estefanía
Angie Rincón	mama	J.I RAICES	Angie Rincón
maria Tafur	mama	J.I RAICES	maria Tafur
Lady Gomez	mama	J.I RAICES	Lady Gomez
Mirdy Vargas	mamá	J.I RAICES	Mirdy Vargas
CRISTIAN ESCANILLA	PAPA	J.I RAICES	CRISTIAN ESCANILLA
Yuol Pino	mama	J.I RAICES	Yuol Pino
stefany Gonzalez	mama	J.I RAICES	stefany Gonzalez
Keyla Lopez	mama	J.I RAICES	Keyla Lopez
Jennifer Perafan	mama	J.I RAICES	Jennifer Perafan
Eduardo Angulo	papa	J.I RAICES	Eduardo Angulo
Oscar Arevalo	papa	J.I RAICES	Oscar Arevalo
Michel Rincon	Mamá	J.I RAICES	Michel Rincon
Soleny Gomez	Mama	J.I RAICES	Soleny Gomez

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Dennifer Amays	Mamá	J.I RAICES	Dennifer Amays.
Alejandra Carranza	Mamá	J.I RAICES	alejandra carranza
Yanibis Garcia	Mamá	J.I RAICES	Yanibis garcia
Laura Cabrera	Mama	J.I RAICES	laura cabrera
Karol Osorio	Mamá	J.I RAICES	Karol Osorio
Lady Cancharo	Mamá	J.I RAICES	Lady Cancharo
Virginia Jesus	Mamá	J.I RAICES	Virginia Jesus.
Viviana Carmona	Mamá	J.I RAICES	Viviana Carmona
Tatiana Castellanos	Mamá	J.I RAICES	Tatiana castellanos.
Moises Avilez	Papá	J.I RAICES	Moises Avilez
Karol Arevalo	(Papá) Mamá	J.I RAICES	KAROL AREVALO
Alexandra Ortiz	Acudiente	J.I RAICES	Alexandra O.
Lizeth Cifuentes	Mamá	J.I RAICES	Lizeth Cifuentes.
Lorena Amaya	Mamá	J.I RAICES	Lorena Amaya.
Johanna Garcia	Mamá	J.I RAICES	Johanna Garcia.
Jorge Mosquera	Papá	J.I RAICES	Jorge Luis Mosquera

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Daniela Gutierrez	Mamá	J.I RAICES	Daniela Gutierrez
Adriana Vanegas	Mamá	J.I RAICES	Adriana Vanegas
Estefania Rodriguez	Mamá	J.I RAICES	Estefania Rodriguez
Nasly Ortiz	Mamá	J.I RAICES	Nasly Ortiz
Nidia Rincón	Mamá	J.I RAICES	Nidia Rincón
Maria Sanchez	Mamá	J.I RAICES	Maria Sanchez
Guerly Yossa	Mamá	J.I RAICES	Guerly Yossa
Estefania Rueda	Mamá	J.I RAICES	Estefania Rueda
Kelly Yohana Fernandez	Mamá	J.I RAICES	Kelly Fernandez
Gilaris Miranda	Mamá	J.I RAICES	Gilaris Miranda
Valentina Escarpeta	Mamá	J.I RAICES	Valentina Escarpeta
Karen Dayana Paez	Mamá	J.I RAICES	Karen Dayana Paez
Kelly Peralta	Mamá	J.I RAICES	Kelly Peralta
Geidy Gomez	Mamá	J.I RAICES	Geidy Gomez
Dennyree Perez	Mamá	J.I RAICES	Dennyree Perez

Elaboró: Luz Helena Ramirez Quintero