Gobierno de ANSERMA Salud y Desarrollo Social	**ACTA No. 12**	HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA - CALDAS

NOMBRE DE LA REUNIÓN: RECONOCIENDO LOS ELEMENTOS DE LA COCINA: Educación en nutrición con enfoque intercultural

FECHA: 23 septiembre 2025	**HORA DE INICIO: 10:20 am**	**HORA FIN: 11:40 am**
LUGAR: Vereda El Paraíso **Comunidad indígena**		

TEMAS:

- Reconocimientos de los elementos de la cocina en su idioma
- Reconocimiento de alimentos en su idioma
- Recomendaciones de la guía alimentaria para la población colombiana mayor de 2 años se brindan las siguientes recomendaciones:

1. Consuma alimentos frescos y variados.
2. Para favorecer la salud de músculos, huesos y dientes, consuma diariamente leche u otros productos lácteos y huevo
3. Para una buena digestión y prevenir enfermedades del corazón, incluya en cada una de las comidas frutas enteras y verduras frescas
4. Para complementar su alimentación consuma leguminosas como frijol, lenteja, arveja y garbanzo
5. Para prevenir la anemia, los niños, niñas, adolescentes y mujeres jóvenes deben comer vísceras una vez por semana
6. Para mantener un peso saludable y la salud, reduzca el consumo de “productos de paquete”, comidas rápidas, gaseosas y bebidas azucaradas, reducir el consumo de sal y alimentos como carnes embutidas, enlatados y productos de paquete altos en sodio
7. Consumir aguacate, maní y nueces, para el corazón
8. Realizar actividad física de forma regular
9. Tomar agua para estar hidratados

COMUNIDAD: madres de niños menores de cinco años de la vereda El Paraíso, comunidad indígena
Se anexa lista de asistencia

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:
Objetivo General

Promover la salud nutricional en la comunidad indígena de la vereda El Paraíso, mediante una educación intercultural que integre saberes ancestrales y conocimientos científicos, fomentando prácticas alimentarias saludables, la prevención de la desnutrición, la promoción de la lactancia materna y hábitos de vida activos, respetando su cosmovisión cultural y fortaleciendo la autonomía comunitaria.

Objetivos específicos

- Realizar taller educativo adaptado a la comunidad, que promuevan el consumo de alimentos frescos, tradicionales y equilibrados, reconociendo los elementos de la cocina y algunos alimentos en su idioma.
- Realizar las recomendaciones según las guías alimentarias para la población colombiana
- Incentivar el consumo de agua, la actividad física y compartir en la mesa con la familia.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

1. Esta actividad se desarrolló en la caseta de la comunidad indígena de la vereda el Paraíso, con madres de niños menores de 5 año. Se da apertura con la presentación de la profesional a cargo y su rol dentro de la estrategia PIC.
2. Se da inicio con el reconocimiento de los elementos de sus cocinas y algunos alimentos en su idioma, para esta actividad se cuenta con la ayuda de una de las madres quien ayuda a traducir.
3. Seguidamente se presenta el tema mediante graficas con las recomendaciones dadas por las guías alimentarias para la población colombiana, esto para su mayor recordación en los participantes, se realiza de forma magistral mostrando las gráficas y hablando sobre la importancia de cada recomendación.

Anexo fichas guías del taller

1. Consuma alimentos frescos y variados.



2. Para favorecer la salud de músculos, huesos y dientes, consuma diariamente leche u otros productos lácteos y huevo





3. Para complementar su alimentación consuma leguminosas como frijol, lenteja, arveja y garbanzo

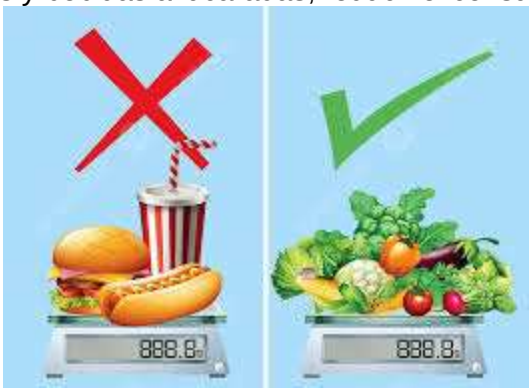


4. Para prevenir la anemia, los niños, niñas, adolescentes y mujeres jóvenes deben comer vísceras una vez por semana





5. Para mantener un peso saludable y la salud, reduzca el consumo de “productos de paquete”, comidas rápidas, gaseosas y bebidas azucaradas, reducir el consumo de sal.



6. Tomar agua para estar hidratados y tener un buen funcionamiento de los órganos

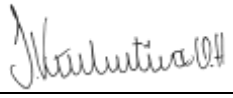


CONCLUSIONES

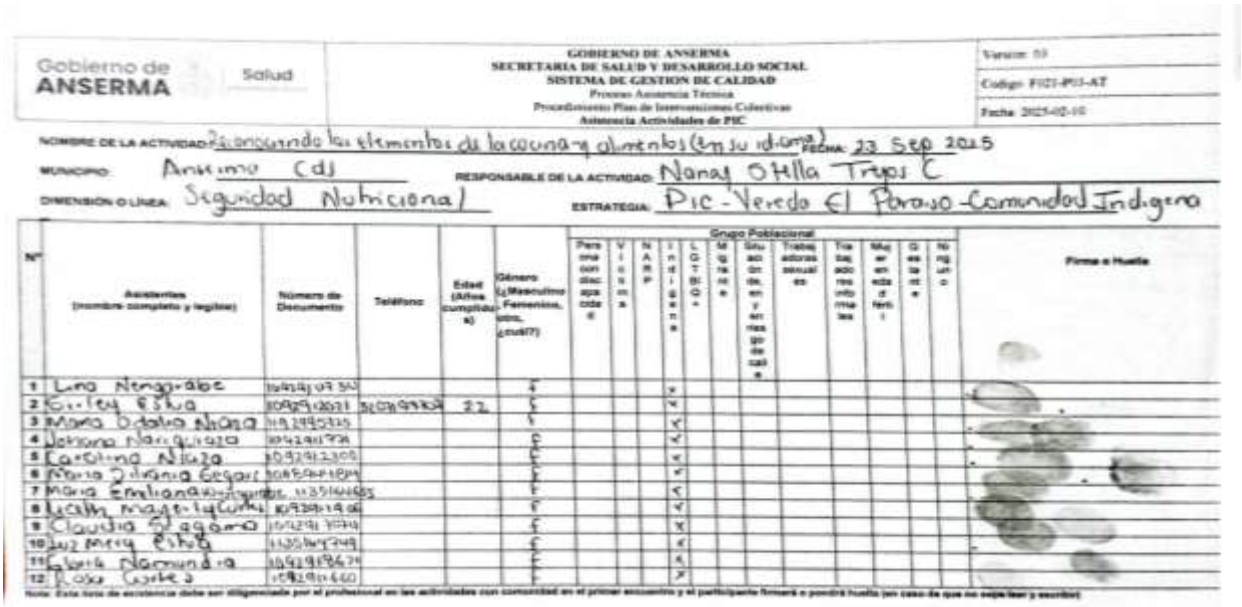
- Las madres se mostraron participativas durante la actividad de reconocimiento de elementos de la cocina y de alimentos en su idioma, esta actividad fue muy interesante donde se mostraron dispuestas a enseñar en su idioma respetando así las costumbres, tradiciones y conocimientos ancestrales de la comunidad, por ser un idioma un poco difícil de pronunciar las madres se mostraron risueñas cuando la profesional los pronunciaba.
- Con este ejercicio también se pudo identificar que los conocimientos de las preparaciones de los alimentos son pasados a través de las generaciones por parte de las madres, quienes son las encargadas de enseñar a cocinar en la comunidad, sin embargo manifiestan que en su comunidad consumen todos los alimentos al igual que nosotros. Es una comunidad que no necesita traductor ya que hablan español.
- Se les exponen las recomendaciones de la guía alimentaria, mediante imágenes para facilitar su recordación.

COMPROMISOS

ACTIVIDAD	RESPONSABLE	FECHA
La comunidad se compromete a cumplir las recomendaciones dadas	Vereda El Paraiso Comunidad indígena	NO APLICA

ASISTENTES		
NOMBRE	**CARGO/DEPENDENCIA/ENTIDAD**	**FIRMA**
NOMBRE DEL PADRE DE FAMILIA O PERSONA BENEFICIADA LINA NENGARABE	**MADRE ASISTENTE AL ENCUENTRO**	**NO FIRMA**
NOMBRE PROFESIONAL EJECUTOR NANCY STELLA TREJOS CARDONA	**INGENIERA DE ALIMENTOS**	
NOMBRE COORDINADOR PIC JOAN VALENTINA OCAMPO HERRERA	**COORDINADOR PIC**	

Lista de asistencia



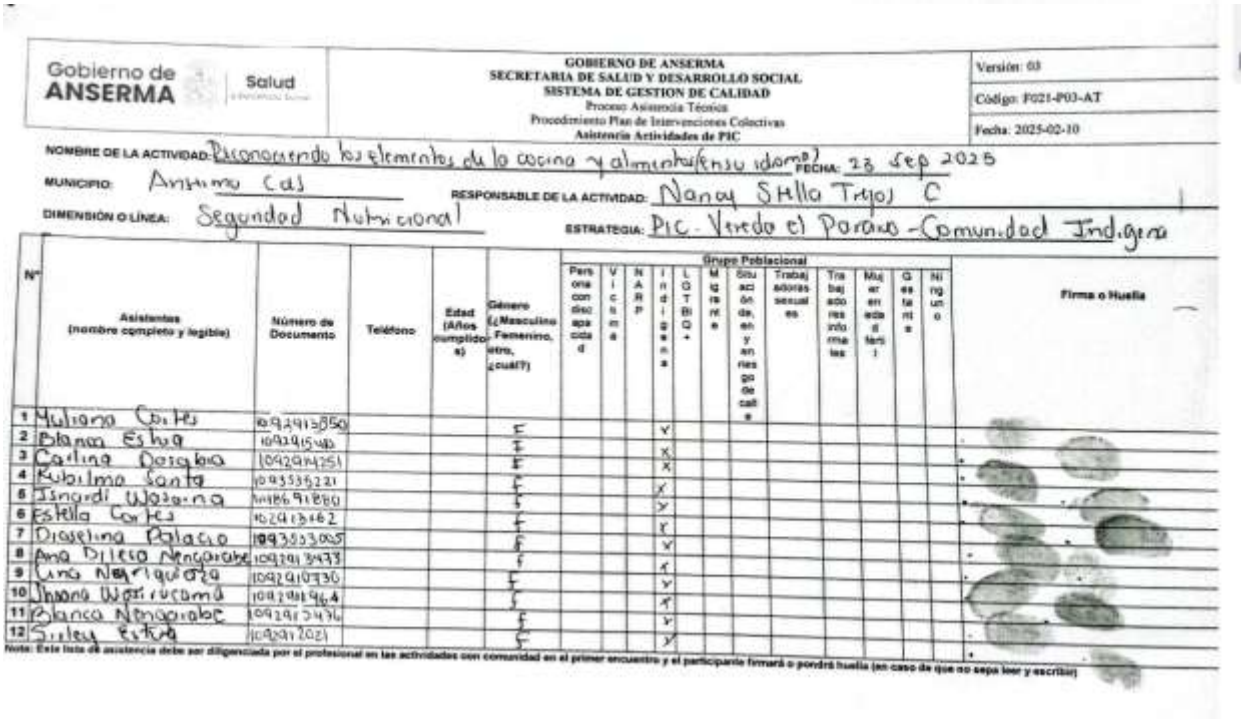
GOBIERNO DE ANSERMA
SECRETARIA DE SALUD Y DESARROLLO SOCIAL
SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD
Proceso Asistencia Técnica
Procedimiento Plan de Intervenciones Colectivas
Asistencia Actividades de PIC

Versión: 03
Código: F021-P03-AT
Fecha: 2025-02-10

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconociendo los elementos de la cocina y alimentos (en su idioma) FECHA: 23 Sep 2025
MUNICIPIO: Anserma Cdj RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD: Nanay Stella Tapias C
DIMENSIÓN O LÍNEA: Seguridad Nutricional ESTRATEGIA: PIC - Vereda El Paraiso - Comunidad Indigena

N°	Asistentes (nombre completo y legible)	Número de Documento	Teléfono	Edad (Años cumplidos)	Género (¿Masculino, Femenino, otro, ¿cuál?)	Grupo Poblacional: Persona con discapacidad	Víctima	NARP	Indígena	LGTBIQ+	Migrante	Situación de, en y en riesgo de calle	Trabajadores sexuales	Trabajadores informales	Mujer en edad fértil	Gestante	Ninguno	Firma o Huella
1	Lina Mengarabe	1042491750			F				X									
2	Sirley Estiva	1092910231	3103999304	22	F				X									
3	Maria Odalia Niaza	1192995335			F				X									
4	Johana Narvaez	1042491936			F				X									
5	Carolina Nieza	1092912305			F				X									
6	Maria Diviana Gregorio	1085044184			F				X									
7	Maria Emiliana Guyumus	1135160685			F				X									
8	Lucia Magaly Guyumus	1092891906			F				X									
9	Claudia Piagama	1042911774			F				X									
10	Luz Maria Pisba	1135947249			F				X									
11	Gloria Namundia	1042918629			F				X									
12	Rosa Cortez	1042910660			F				X									

Nota: Esta lista de asistencia debe ser diligenciada por el profesional en las actividades con comunidad en el primer encuentro y el participante firmará o pondrá huella (en caso de que no sepa leer y escribir)



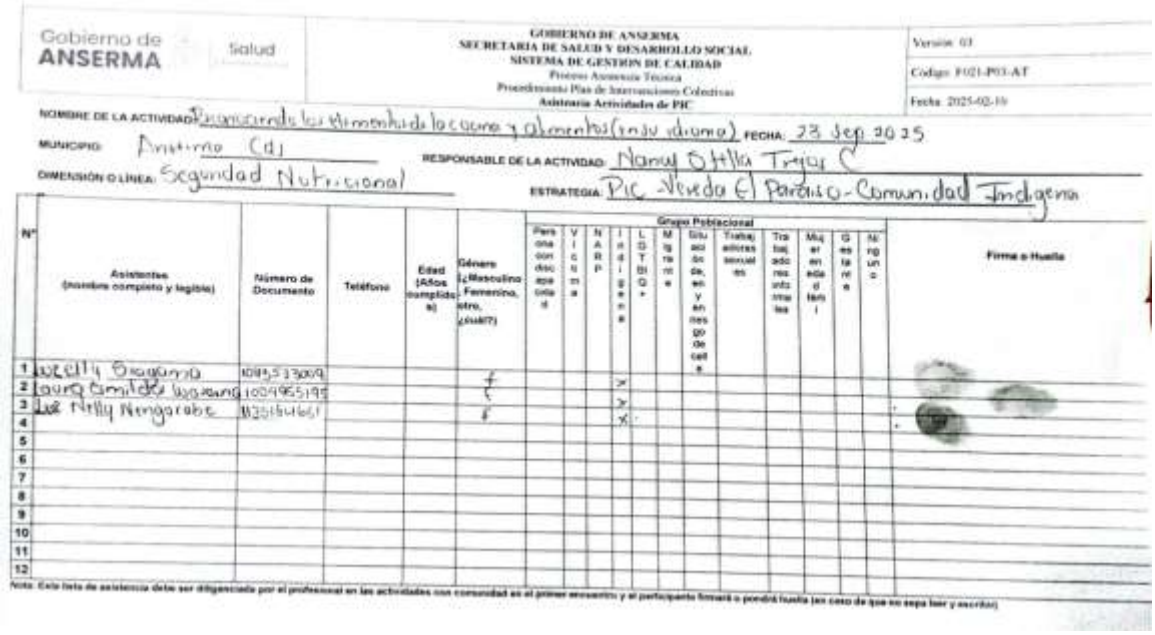
GOBIERNO DE ANSERMA
SECRETARIA DE SALUD Y DESARROLLO SOCIAL
SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD
Proceso Asistencia Técnica
Procedimiento Plan de Intervenciones Colectivas
Asistencia Actividades de PIC

Versión: 03
Código: F021-P03-AT
Fecha: 2025-02-10

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconociendo los elementos de la cocina y alimentos (en su idioma) FECHA: 23 Sep 2025
MUNICIPIO: Anserma Cdj RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD: Nanay Stella Tapias C
DIMENSIÓN O LÍNEA: Seguridad Nutricional ESTRATEGIA: PIC - Vereda El Paraiso - Comunidad Indigena

N°	Asistentes (nombre completo y legible)	Número de Documento	Teléfono	Edad (Años cumplidos)	Género (¿Masculino, Femenino, otro, ¿cuál?)	Grupo Poblacional: Persona con discapacidad	Víctima	NARP	Indígena	LGTBIQ+	Migrante	Situación de, en y en riesgo de calle	Trabajadores sexuales	Trabajadores informales	Mujer en edad fértil	Gestante	Ninguno	Firma o Huella
1	Juliana Cortes	1092913850			F				X									
2	Blanca Estiva	1092915480			F				X									
3	Carlina Dagoba	1042914251			F				X									
4	Kubilma Santa	1093539221			F				X									
5	Ismardi Wazorna	1086911880			F				X									
6	Estella Cortes	1042913162			F				X									
7	Diosselina Palacio	1093003005			F				X									
8	Ana Dilcia Mengarabe	1092913473			F				X									
9	Lina Narvaez	1092910336			F				X									
10	Jhana Wazorcama	1092911964			F				X									
11	Blanca Mengarabe	1092912476			F				X									
12	Sirley Estiva	1092912021			F				X									

Nota: Esta lista de asistencia debe ser diligenciada por el profesional en las actividades con comunidad en el primer encuentro y el participante firmará o pondrá huella (en caso de que no sepa leer y escribir)



Gobierno de ANSERMA | Salud

GOBIERNO DE ANSERMA
SECRETARIA DE SALUD Y DESARROLLO SOCIAL
SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD
Proceso Asistencia Técnica
Procedimiento: Plan de Intervenciones Colectivas
Asistencia Actividades de PIC

Versión: 03
Código: F021-P03-AT
Fecha: 2025-02-19

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Promocionando los Alimentos de la casa y Alimentos(Inclu idioma) FECHA: 23 Sep 2025
MUNICIPIO: Anserma (Cl) RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD: Nancy Stella Trejos C
DIMENSIÓN O LÍNEA: Seguridad Nutricional ESTRATEGIA: PIC Vereda El Paraiso - Comunidad Indigena

N°	Asistentes (nombre completo y legible)	Número de Documento	Teléfono	Edad (Años cumplidos)	Género (¿Masculino, Femenino, otro, ¿cuál?)	Grupo Poblacional	Firma o Huella
1	Luzelly Bocanegra	1089533009			F		
2	Laura Camila Bocanegra	1004965195			F		
3	Luz Nelly Nengarabe	1035454661			F		
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							

Nota: Esta lista de asistencia debe ser diligenciada por el profesional en las actividades con comunidad en el primer encuentro y el participante firmará o pondrá huella (en caso de que no sepa leer y escribir)

EVIDENCIA FOTOGRAFICA













(Se adjunta firma de asistentes o formato de asistencia)

Siendo las 11:40 am, se da por terminada la reunión