FECHA: 24-10-2025 **HORA DE INICIO:** 9:00 AM

TEMA:

Socializar la alimentación en el marco del día mundial de la alimentación y los aspectos para reducir los desperdicios de los alimentos.
Promover la práctica de lactancia materna.
Plan de formación en buenas prácticas de manufactura: Plan de saneamiento básico – parte 2.

OBJETIVO:

Contribuir a la promoción del consumo responsable y adecuado de los alimentos, en el marco de los derechos y los aspectos para reducir los desperdicios de los alimentos.
Promover la práctica de lactancia materna.
Contribuir a garantizar el suministro de una alimentación adecuada a la población infantil y al mantenimiento de los espacios en óptimas condiciones de higiene, por medio del cumplimiento del plan de saneamiento básico.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:

Se reúne al talento humano de la unidad de servicio y se socializan los temas:

Metodología: charla participativa con el personal, partiendo de los conocimientos previamente aprendidos; se emplea apoyo audiovisual.

Dia mundial de la alimentación:

Se inicia con la siguiente introducción: La asamblea General de la Naciones Unidas ratificó esta iniciativa de la FAO y declaró oficialmente el 16 de octubre de 1981 como el primer día internacional de la alimentación. Esta fecha coincide también con la fundación de la FAO en 1945.

Se indaga con los asistentes, qué o por qué consideran que la FAO decidió conmemorar el día mundial de la alimentación. Entre las respuestas evidenciadas están: para comer mejor, porque hay personas que no tienen qué comer.

Con las respuestas dadas, se indica que tienen razón y que la finalidad de este día es el de concientizar a los estados y su población sobre el asunto de la alimentación, al igual que promover la solidaridad en la lucha contra el hambre, la pobreza y la desnutrición. Según la Asamblea General de la ONU “la alimentación es un requisito para la supervivencia y el bienestar de la humanidad y una necesidad humana fundamental” (Tomado de: https://www.fao.org/paraguay/noticias/detail-events/es/c/1649597).

Se revisa video de la FAO asociado a la temática de este año, en la cual se refiere que la alimentación es un derecho. Por lo que se indica que la CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA, Establece el derecho a la alimentación equilibrada como un derecho fundamental de los niños y en cuanto a la oferta y la producción agrícola se establecen los deberes del Estado en esta materia.

Inclusive, por encima de la Constitución, se cuenta con normas a nivel internacional, en las que se menciona la alimentación como derecho y enfocada en los pilares de garantizar una Seguridad Alimentaria y Nutricional, para que sea completa, equilibrada, suficiente, adecuada e inocua. Se relatan algunas

experiencias donde se ha dado garantía a este derecho y se aterriza con la mención de otras normas nacionales, las cuales están dadas para garantizar este derecho a toda la población.

Se hace la reflexión frente a la importancia de la alimentación como aspecto cultural asociado a las costumbres, hábitos, lugar de origen, poder adquisitivo y demás. Así mismo, se involucra como cada alimento hace parte de una cadena productiva que esta inmersa dentro del derecho a la alimentación. Por otro lado, el aumento de la población ha generado mayor producción de alimentos, cambiando las dinámicas de los hábitos de las familias y la población en general.

Teniendo en cuenta que se trató el derecho a la alimentación, en contraste se debe corresponder al cuidado de los alimentos, a través del cuidado de estos evitando la pérdida y desperdicios en el hogar, lo cual debe ser enseñado a los niños desde temprana edad.

Se revisa un video en el que se deja en evidencia la cadena de producción y comercialización de un tomate, terminando en la basura, por no hacer uso del mismo en el hogar. A partir de este video se hace la reflexión de cuántas veces esta situación ha pasado en el hogar

Se reiteran las ideas que permiten reducir el desperdicio de alimentos en el hogar y en el servicio de alimentación.
Se inicia con una sensibilización entre la importancia de evitar los desperdicios de alimentos, ya que se ha demostrado que gran cantidad de los alimentos que se desperdician podrías alimentar a parte de la población que padece hambre a nivel mundial.

Se socializan algunos aspectos para reducir los desperdicios:

- Realizar una lista de los productos necesarios y de consumo en el hogar e identificar las frutas y verduras en cosecha. Planificar las compras permite ahorrar tiempo y dinero.
- Elegir alimentos pensando siempre en el aporte nutricional y no solo en la apariencia. Los productos pequeños, con formas y colores diferente son igual de buenos y en ocasiones tienen precios más bajos.
- Al organizar los alimentos en tu hogar, evita botar alimentos que durante el desplazamiento hayan sufrido golpes o daños. Recuerda que aún los puede comer o buscar opciones creativas para prepararlos.
- Usa diferentes métodos de conservación de acuerdo con cada tipo de alimento. Recuerda que puedes refrigerar, congelar, deshidratar, entre otros.
- Usa todas las partes comestibles de los alimentos: frutos, hojas y tallos pueden incluirse en innovadoras preparaciones.
- Deposita en la basura solo que sea imposible de aprovechar. Si en el hogar tienen la posibilidad de cultivar alimentos, puedes utilizar los residuos orgánicos para compostaje.

Se cierra el tema indicando la importancia de evitar desperdiciar alimentos.

Estrategia de promoción de lactancia materna: Mitos de lactancia materna.

Se indaga con los asistentes cuál ha sido la cosa más extraña que ha escuchado cuando le hablan de lactancia materna, donde se resalta el consumo de bebidas como ponymalta o agua con hinojo, “no produzco leche suficiente”, entre otras; tomando como base la presentación de la OMS- UNICEF sobre mitos de la leche materna, se hace la revisión de uno a uno y se da la explicación del porqué no son verdaderas esas frases.

Se sintetizan todos los mitos y se resume la información de los mismos:

El calostro se debería tirar porque es sucio.	El calostro no se debe desechar porque contiene sustancias que ayudan a fortalecer las defensas del niño. Es como una vacuna.
El calostro es amarillo porque ha permanecido mucho tiempo en el pecho y por eso está podrido.	Es amarillo porque está rico en una sustancia que previene muchas enfermedades y que lo hace ser de ese color. El color se debe principalmente a la vitamina "A" y otros nutrientes.
El niño no debería de empezar con la lactancia materna hasta que salga la leche blanca.	La lactancia debe iniciar en la primera hora después del parto para que el niño reciba los beneficios del calostro.
No todas las madres producen buena leche.	Todas las madres producen leche de buena calidad.
No todas las madres pueden producir suficiente leche para que su niño se llene.	Todas las mujeres producen leche en cantidad suficiente para que el niño no tenga que consumir otro alimento.
Si la madre está enojada o asustada, se acalora o se resfría, su leche le hace daño al niño.	La leche materna nunca se "resfría" o pone "shuca" dentro del pecho. Tener estrés o miedo extremo puede hacer que la leche materna tarde un poco más en salir, pero es temporal, la leche materna NO le hace daño al niño y la madre sigue teniendo leche.
La madre no puede comer ciertos alimentos mientras está dando pecho porque disminuye la calidad o cantidad de su leche.	No hay alimentos que disminuyan la calidad o cantidad en la producción de leche materna. Hay mujeres que prefieren evitar algunos alimentos que les producen gases o acidez. Debemos respetar los hábitos y costumbres de la madre, siempre y cuando no dañe su estado nutricional. Lo importante es tener una alimentación balanceada.
Si la madre queda embarazada cuando está dando de mamar, ya no puede seguir dando lactancia porque la leche ya no sirve.	Sí puede seguir dando pecho. Lo único que puede pasar es que cambie el sabor de la leche, pero no su calidad. Hay que considerar que la madre se debe alimentar bien, y tener al menos dos refacciones nutritivas entre comidas.
Si por cualquier motivo se interrumpe la lactancia materna, ya no se puede volver a iniciar.	Sí se puede retomar la lactancia materna con una técnica adecuada y apoyo, si en algún momento se suspendió. Esta práctica es vital durante una emergencia como inundación, temblores, etc.
Las madres con pechos pequeños, no pueden dar de mamar.	El tamaño de los pechos no importa, si se logra que el niño succione seguido.
La mujer que está dando de mamar no puede tener relaciones sexuales porque la leche se descompone.	Las relaciones sexuales no dañan la leche materna.
La madre debe dar agua a su niño menor de seis meses en lugar de leche materna para quitarle la sed.	Entre las variaciones de la leche materna durante la succión, la de inicio se encarga de hidratar y quitar la sed del niño, por lo que no necesita de dar agua u otros líquidos, aún en climas calurosos.

Formación en BPM: Plan de saneamiento básico – Parte II

Programa de control de plagas: El programa control de plagas, aplica a todas las áreas de la unidad de servicio y busca asegurar unas condiciones físicas óptimas de higiene previniendo la aparición y multiplicación de plagas en las siguientes áreas:

- Baño: paredes, techo, piso, sifón, sanitario, lavamanos, puerta, caneca
- Neveras: paredes, techo, piso, parte posterior de las neveras, caneca.
- Salones y otros: paredes, techo, piso, mobiliario, puertas, ventanas, mesas, sillas, muebles.

La aplicación de actividades constantes de revisión y verificación de todos los espacios permite prevenir, subsanar y controlar el ingreso y propagación de plagas en la unidad de servicio.

Una plaga es un animal que vive en/o sobre el alimento y causa su merma, alteración, contaminación. Las plagas más comunes que podemos encontrar en los servicios alimentarios son:

- Roedores, como ratas y ratones.
- Insectos, como moscas, cucarachas, pececillos de plata, hormigas e insectos de alimentos almacenados (por ejemplo, gorgojos).

Es importante que se identifiquen los signos que revelan la presencia de estos animales, entre ellos están:

- Sus cuerpos vivos o muertos, incluyendo sus formas larvales o púpales.
- Los excrementos de los roedores.
- La alteración de sacos, envases, cajas, etc., causada por ratones y ratas al roerlos.
- La presencia de alimento derramado cerca de sus envases, que mostraría que las plagas los han dañado.
- Las manchas de grasa que producen los roedores alrededor de las cañerías y paredes.

La ejecución estricta del programa de limpieza y desinfección en todas las áreas permite obtener resultados satisfactorios en todos los espacios, pero si no se aplican las acciones a tiempo pueden desencadenar problemas al programa de control integral de plagas; el mejor antídoto contra las plagas es la higiene y la prevención.

Medidas preventivas para la inspección de la hermeticidad de la unidad de servicio.

Mediante la inspección rutinaria de las instalaciones, se detectan posibles rutas de ingreso de plagas (insectos, roedores y otros) y así tomar la acción correctiva correspondiente. Para realizar esta actividad se debe diligenciar el formato “Verificación de hermeticidad de todas las áreas de la unidad de servicio”, en donde los aspectos a revisar son:

- Verificar el estado de las puertas, la abertura entre piso y puerta no debe ser superior a 1 cm.
- Revisar las aberturas de los marcos de las puertas.
- Verificar el estado de mantenimiento de los anjeos (mallas) en las ventanas.

- Revisar que no existan agujeros en paredes, pisos ni techos.
- Inspeccionar la entrada de las tuberías de acometida de las redes de acueducto, gas y alcantarillado.
- Verificar el estado de mantenimiento de las rejillas de todos los sifones, estos deben estar fijos y no ser removibles.
- La Unidad De servicio debe adoptar la frecuencia y la persona responsable de diligenciar el "formato de verificación de hermeticidad".

Medidas para inspeccionar la presencia de plagas

Estas medidas pretenden detectar las evidencias de la presencia de plagas en el interior de la Unidad De servicio. Para realizar esta actividad se debe diligenciar el "formato inspección de la presencia de plagas" La Unidad De servicio debe adoptar la frecuencia y la persona responsable del diligenciamiento.

Acciones para el manejo adecuado de elementos en desuso

Describe las actividades de inspección, manejo y evacuación de aquellos elementos en desuso de la asociación para realizar esta actividad se debe diligenciar el formato "Inspección del manejo de elementos en desuso, embalajes y empaques", para lo cual se debe seguir los siguientes pasos:

- Para inspeccionar la posible acumulación inadecuada de elementos en desuso y almacenamiento inapropiado de empaques se debe realizar búsqueda de cualquier elemento que no haga parte del proceso especifico que se desarrolla en cada área de la unidad de servicio como: muebles fuera de servicio, equipos, enceres, etc. Estos se pueden convertirse en un foco de infestación de plagas (roedores e insectos).
- Verificar e inspeccionar las zonas indicadas en el formato.
- Sí se evidencian elementos que no corresponden a la zona que se está verificando, registrar el hallazgo e informar al coordinador de la unidad de servicio para que tome la acción correctiva (reubicación de los elementos o empaques).

Programa de desechos solidos

El programa de residuos sólidos está orientado hacia un adecuado manejo en la recolección, almacenamiento y disposición sanitaria final de los desechos que se generan durante los diferentes procesos que se desarrollan.

Prácticas usuales en el manejo de los residuos solidos

Punto ecológico unidad de servicio

La unidad es genera residuos por lo que debemos adoptar la separación en la fuente. Por medio de la resolución 2184 de 2019, Por la cual se modifica la resolución 668 de 2016 sobre el uso racional de bolsas plásticas y se adoptan otras disposiciones, ordena la adopción de un código de colores para la separación de residuos sólidos en la fuente en todo el territorio nacional, que dispone lo siguiente:

1. Color verde para depositar residuos orgánicos aprovechables
2. Color blanco para depositar los residuos aprovechables como plástico, vidrio, metales, multicapa, papel y cartón.
3. Color negro para depositar los residuos no aprovechables.



Imagen tomada de: https://www.ambientum.com/ambientum/residuos/codigo-de-colores-para-el-reciclaje-en-colombia.asp

Se invita a hacer un trabajo pedagógico con los niños para enseñarles la adecuada disposición de residuos.

Residuos peligrosos (baterías, pilas, celulares): no pueden ser dispuestos en las canecas de la unidad, para entregar a la persona prestadora del servicio de aseo. Deben ser depositados en los sitios destinados para tal fin y que generalmente están ubicados en las oficinas de la administración territorial, en la sede de la autoridad ambiental, en centros comerciales, en almacenes de cadena o grandes superficies.

Dichas canecas y recipientes son de material sanitario, con tapa y están debidamente identificados; son lavados y desinfectados por el personal de las áreas antes de iniciar el proceso. En la caneca o recipiente se colocan bolsas plásticas de colores para identificar dichos residuos.

Durante el espacio se da respuesta a las preguntas de los asistentes.

COMPROMISOS:
Atender los signos de desnutrición en la población infantil, en caso de presentarse.
Promover hábitos saludables en la comunidad.
Dar cumplimiento a las acciones del plan de saneamiento.



CDI FUNDACION SOLIDARIDAD POR COLOMBIA
COLOMBIA
BOGOTA

TEMA Cualificación Salud y Nutrición FECHA 24-10-2025

NOMBRE	AREA	FIRMA
Yaqueln Riaño Giraldo	Agente educativa	
Sandra Patricia Poveda	Agente Educativo	
Maria Inés Gutierrez	Agente Educativo	
Luz Dari Rodriguez Hernandez	Agente educativa	Luz Dari R.
Rosalba Fraile	Agente educativo	
Lilia Esperanza Rincon Morales	Agente Educativa	Lilia Rincon M
Aracelis Beleño	Agente Educativa	Aracelis B.
PAOLA ANDREA ESCOBAR	AGENTE EDUCATIVA	PAOLA E.
Maria Camila Leiva	Auxiliar Pedagógica	Camila Leiva
Angie Catalina Rebayo Serrano	Agente educativa	Catalina Rebayo
Yadary Moreno	Servicios Generales	Yadary Moreno
Jasmin Maheche	Auxiliar Pedagogica	Jasmin Maheche
Jonela Rocio Ruiz	Servicio Generales	Jonela Ruiz
Jelluima B. Ortiz M	Gestora Alimentos	
Leidy Echavarria Tamayo	Gestora Alimentos	Leidy Echavarria Tamayo
Milena Ingri	Servicios Generales	Milena Ingri
ERIKA ESCOBAR GARCIA	AGENTE EDUCATIVA	
Leidy Brigite Ortiz Rodriguez	Auxiliar Pedagogica	
Ross Rios	Gestora de Alimentos	Ross Rios
Marcela Sandoval	Auxiliar pedagogica	MARCELA SANDOVAL
Natalia Alvarez Espitia	Agente Educativa	Natalia Alvarez
LAIDY VIVIANA RAMOS GUZMAN	GESTORA DE ALIMENTOS	VIVIANA RAMOS
Ciara Correa	Agente Educativa	Ciara Correa.
Maritza Hernandez	Agente EDUCATIVO	Maritza H.