ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO AYUDA DE MEMORIA**	Código: FOR-GD-040
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2024016440 – 18/06/2024
		Página: 1 de 3

Lugar	Comunidad de cuidado La Macarena
Fecha	16-10-2025, HORA: 10:00 am- 12:00 pm
Tema	**PREVENCIÓN Y MANEJO ADECUADO DE DESPERDICIO DE ALIMENTOS**
Desarrollo	**Introducción de la actividad** La prevención y el manejo adecuado del desperdicio de alimentos es un tema crucial para combatir el hambre, reducir el impacto ambiental y mejorar la eficiencia de los sistemas alimentarios. cómo prevenir y manejar adecuadamente el desperdicio de alimentos: ¿Qué es el desperdicio de alimentos? Es la pérdida de alimentos aptos para el consumo humano, que ocurre en cualquier punto de la cadena alimentaria: desde la producción hasta el consumo final. Consecuencias del desperdicio de alimentos: • **Ambientales**: emisiones de gases de efecto invernadero, uso innecesario de agua, energía y suelo. • **Económicas**: pérdidas económicas para productores, comerciantes y consumidores. • **Sociales**: mientras se desperdicia comida, millones de personas sufren de hambre. **Estrategias para la prevención:** 1. En el hogar • Planificar los menús y hacer compras responsables. • Almacenar correctamente los alimentos (refrigeración, fechas de vencimiento). • Aprovechar sobras en nuevas recetas. 3. En restaurantes y comedores • Ajustar porciones según demanda. • Capacitar al personal sobre conservación y rotación de alimentos (FIFO). • Implementar compostaje o biodigestores para residuos inevitables. **Manejo adecuado de residuos alimentarios:** Etapas del manejo de desperdicios: 1. **Prevención** 2. **Redistribución** (donación a bancos de alimentos, animales) 3. **Reciclaje** (compostaje, biogás) 4. **Eliminación** (vertedero o incineración como última opción)

Compostaje

- Convierte residuos orgánicos en abono natural.
- Aplicable en hogares, escuelas y empresas.

Biodigestión

- Transforma residuos en biogás y fertilizantes.

Educación y concientización

- Campañas educativas en escuelas, medios y comunidades.
- Fomentar una cultura de consumo responsable y sostenibilidad.

Causas del desperdicio de comida

- Compra excesiva e innecesaria.
- Mal almacenamiento de alimentos.
- Preparación en porciones demasiado grandes.
- Falta de planificación al cocinar o al comprar.
- No aprovechar sobras o alimentos "feos" pero comestibles.

Consecuencias del desperdicio

- Aumento innecesario de residuos orgánicos.
- Pérdida de recursos naturales (agua, suelo, energía).
- Contribución al cambio climático (emisión de metano en rellenos).
- Desigualdad alimentaria (comida desechada que podría alimentar a personas con necesidades).

Estrategias para prevenir el desperdicio de comida

En la compra:

- Hacer una **lista de compras** basada en un menú semanal.
- Comprar solo lo necesario.
- Preferir productos locales y de temporada.
- No discriminar alimentos por su apariencia (frutas y verduras "feas").

En el almacenamiento:

- Verificar fechas de vencimiento.
- Aplicar la regla: lo primero que entra, es lo primero que se consume.
- Guardar correctamente en refrigerador o despensa.

En el servicio de alimentos:

- Preparar porciones adecuadas.
- Aprovechar sobras en nuevas recetas.
- Usar todo lo posible del alimento (cáscaras, tallos, etc.).
- Congelar lo que no se consumirá pronto.

Acciones para el manejo de residuos orgánicos

- **Separación en la fuente**: separar restos de comida del resto de la basura.
- **Compostaje doméstico o comunitario**: transformar residuos orgánicos en abono natural.
- **Donación de alimentos aptos para el consumo**: a bancos de alimentos, comedores sociales, etc.

Conclusiones:

- ✓ Reducir el desperdicio de comida es una forma de cuidar el planeta.
  ✓ Planificar, almacenar y cocinar con responsabilidad ayuda a ahorrar y proteger recursos.
  ✓ La educación y la conciencia ambiental son fundamentales para una gestión sostenible de residuos.

Desarrollo:

1- Se convocan a las personas mayores
2- Se inicia actividad física por parte de la fisioterapeuta.
3- Se convocan voluntarios además de los auxiliares de enfermería con el fin de ayudar a los adultos mayores a participar de forma correcta en la actividad.
4- Se explica la metodología a seguir
5 -Se desarrolla la actividad
6- Se finaliza la actividad retroalimentando la importancia de dar adecuado manejo de los desperdicios de comida
7- se aplica test evaluativo al 10% de los participantes

Actividad para desarrollar:

La actividad se desarrolló aplicando la guía técnica desarrollada para esta actividad.

Evaluación:

En el desarrollo de la actividad se contó con la participación de 35 personas mayores, los participantes mostraron durante el desarrollo de la actividad interés y motivación, participaron activamente, respondieron las diferentes preguntas que se plantearon durante el desarrollo de la actividad, se aclararon dudas presentadas. Se logró que las personas mayores y todo el personal del CC La Macarena se concienticen de la prevención y buen uso de residuos y desperdicios de alimentos. Se aplicó test al 10% de las personas mayores quienes evaluaron la actividad de manera positiva. Al finalizar la actividad se preguntó a todos los participantes si la actividad fue de su agrado, a lo cual todas respondieron que sí. También se evaluó la adquisición de la información trabajada durante la actividad mediante preguntas evidenciándose que fue clara la información trasmitida durante el desarrollo de la actividad.

Anexos:

Se anexa a la ayuda de memoria registro fotográfico test y listado de asistencia en formato FOR- PSS – 296

	 

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Se anexa listado de asistencia FOR- PSS - 296	No aplica	Comunidad de cuidado La Macarena
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Continuar con la realización de las actividades en promoción de estilos de vida saludable	Nutricionista, profesional de enfermería, fisioterapeuta	Mensualmente
Próxima reunión	Se propone una nueva reunión para el mes de noviembre 2025.		
Elaboró	Yenny Gutiérrez Bello– Nutricionista		

REGISTRO FOTOGRAFICO COMUNIDAD DE CUIDADO L A M ACARENA CONVENIO 9583 DE 2024		
FECHA:16-10-2025	HORA:10:00 am-12:00 pm	PARTICIPANTES: Diana soriano-Terapeuta Física, Yenny Gutiérrez Nutricionista, Yeraldin Dangon ambientalista





CC LA MACARENA

Nombre Betty Correa

Fecha 16/10/2023

¿Es cierto que separar los residuos ayuda a cuidar el medio ambiente?

- (X) Verdadero
- ( ) Falso

¿Cuál de estos residuos es orgánico?







- **Marcar con una X la respuesta correcta ¿Qué significa "reutilizar"?**
  - ( ) Usar algo una sola vez
  - ( ) Tirarlo a la basura
  - (X) Volver a usar algo que todavía sirve

CC LA MACARENA

Nombre Alvaro Vargas.

Fecha 16-10-2015.

¿Es cierto que separar los residuos ayuda a cuidar el medio ambiente?

- (X) Verdadero
- ( ) Falso

¿Cuál de estos residuos es orgánico?







- **Marcar con una X la respuesta correcta ¿Qué significa "reutilizar"?**
  - ( ) Usar algo una sola vez
  - ( ) Tirarlo a la basura
  - (X) Volver a usar algo que todavía sirve

CC LA MACARENA

Nombre (201) Ana tarazona

Fecha 16-OCT-2025

¿Es cierto que separar los residuos ayuda a cuidar el medio ambiente?

- (X) Verdadero
- ( ) Falso

¿Cuál de estos residuos es orgánico?







- **Marcar con una X la respuesta correcta ¿Qué significa "reutilizar"?**
  - ( ) Usar algo una sola vez
  - ( ) Tirarlo a la basura
  - (X) Volver a usar algo que todavía sirve

CC LA MACARENA

Nombre Alvaro Jorgos.

Fecha 16-10-2015.

¿Es cierto que separar los residuos ayuda a cuidar el medio ambiente?

- (X) Verdadero
- ( ) Falso

¿Cuál de estos residuos es orgánico?







- **Marcar con una X la respuesta correcta ¿Qué significa "reutilizar"?**
  - ( ) Usar algo una sola vez
  - ( ) Tirarlo a la basura
  - (X) Volver a usar algo que todavía sirve

CC LA MACARENA

Nombre Maria Gumercinda Guerrero

Fecha 16 De Octubre 2025

¿Es cierto que separar los residuos ayuda a cuidar el medio ambiente?

- (X) Verdadero
- ( ) Falso

¿Cuál de estos residuos es orgánico?





(X)



- **Marcar con una X la respuesta correcta ¿Qué significa "reutilizar"?**

- ( ) Usar algo una sola vez
- ( ) Tirarlo a la basura
- (X) Volver a usar algo que todavía sirve

CC LA MACARENA

Nombre Jorge londoño

Fecha 16/10/2025

¿Es cierto que separar los residuos ayuda a cuidar el medio ambiente?

- (X) Verdadero
- ( ) Falso

¿Cuál de estos residuos es orgánico?







- **Marcar con una X la respuesta correcta ¿Qué significa "reutilizar"?**

- ( ) Usar algo una sola vez
- ( ) Tirarlo a la basura
- (X) Volver a usar algo que todavía sirve