Lugar	Centro de Comunidad de Cuidado Hogar Las Golondrinas
Fecha	*10/10/2025 Hora: 10::00 am a 11:00 a.m*
Tema	Socialización lista de modificaciones alimentarias y Documento de Orientación Modificaciones Alimentarias en el Servicio Social: Centros de Protección Social 2020
Desarrollo	***ORDEN DEL DÍA:*** • *Bienvenida y presentación del profesional* • *Socialización Documento orientaciones Modificaciones alimentarias SDIS* • *Presentación Lista de modificaciones alimentarias FOR-PSS-585* • *Descripción de las modificaciones utilizadas* • *Recordatorios importantes.* Se realiza la bienvenida al encuentro donde se destaca la importancia que cada colaborador del Hogar cumple en la preparación y distribución de las dietas ofrecidas a las personas mayores. **Objetivo:** Socializar las modificaciones alimentarias que se le ofrecen diariamente a las personas mayores en el Hogar las Golondrinas. En este encuentro, se presentó y discutió el uso y aplicación de las distintas dietas implementadas en el hogar las Golondrinas, basadas en el documento de orientación "Modificaciones Alimentarias en el Servicio Social: Centros de Protección Social 2020". Este documento describe en detalle cada tipo de dieta, incluyendo sus objetivos alimentarios y nutricionales, indicaciones, y los alimentos recomendados y restringidos, orientado a satisfacer las necesidades específicas de los adultos mayores. **Actividades desarrolladas**: 1. **Socialización documento de orientaciones modificaciones alimentarias SDIS** El documento orientador establece los lineamientos técnicos para la planeación y adaptación de dietas destinadas a personas mayores de 60 años, beneficiarias del programa “Envejecimiento digno, activo y feliz” de la Secretaría Distrital de Integración Social. Su propósito es garantizar una alimentación adecuada que contribuya al mantenimiento de un buen estado de salud, prevenga enfermedades crónicas y mejore la calidad de vida de las personas mayores. Las dietas se clasifican en: • **Dieta normal**: alimentación completa y equilibrada para personas sin patologías, basada en cinco tiempos de comida diarios, ajustada a las necesidades nutricionales y guías alimentarias oficiales. • **Dietas modificadas en consistencia**: o *Líquida clara*: transitoria, usada en procesos postoperatorios o problemas gastrointestinales. o *Líquida completa*: para personas con dificultades para masticar o deglutir. o *Blanda mecánica o semiblanda*: alimentos en puré o picados, indicada

en dificultades dentales o neurológicas.
    - *Blanda*: fácil digestión, baja en fibra y condimentos.
    - *Túrmix*: dieta semilíquida espesa para personas con disfagia.

- **Dietas modificadas en energía y nutrientes**:
    - *Hipocalórica*: para personas con sobrepeso/obesidad.
    - *Hipograsa*: en casos de dislipidemias, enfermedades hepáticas o vesiculares.
    - *Hipercalórica/hiperproteica*: para personas con bajo peso o enfermedades de alto gasto metabólico.
    - *Hipoglucida*: para control de la glucemia en personas con diabetes.
    - *Hiposódica*: para control de la hipertensión o enfermedades que generan retención de líquidos.
    - *Renal*: adaptada a patologías renales, con control de proteínas, potasio, fósforo y sodio.
    -

Cada dieta incluye recomendaciones claras sobre alimentos permitidos y restringidos, formas de preparación, técnicas culinarias adecuadas, y medidas específicas para evitar complicaciones como desnutrición, atragantamientos o exacerbación de patologías crónicas.

2. **Presentación de la lista actualizada de dietas**: Se entregó un listado de usuarios con sus respectivas modificaciones alimentarias, estructurado en el formato estándar de la Secretaría Distrital de Integración Social (SDIS).

    a. **Lista de modificaciones alimentarias FOR-PSS-585**:

RESUMEN MODIFICACIONES ALIMENTARIAS IMPLEMENTADAS HOGAR GOLONDRINAS							
CONSITENCIA		APORTE DE ENERGIA		MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES	
BLANDA	48	HIPERCALORICA	32	HIPERPROTEICA	34	HIPOSODICA	25
NORMAL	51	HIPOCALORICA	8	HIPOPROTEICA	1	ALTA EN HIERRO	1
		NORMOCALORICA	59	HIPOGLUSIDA	8	RENAL	0
				HIPOGRASA	5	ALTA EN FIBRA	6

Recordatorios importantes:

- **Disponibilidad de formatos**: Los formatos, por tipo de dieta, están accesibles en los comedores para un seguimiento adecuado de las necesidades de cada usuario.

- **Importancia del reporte de cambios en el estado de salud**: Se recalcó la necesidad de que las auxiliares de enfermería comuniquen al equipo de nutrición cualquier cambio en el estado de salud de los usuarios, tales como síntomas de diarrea, gripa, o cambios en el estado general y movilidad, ya que estos factores pueden afectar la efectividad y adecuación de la dieta de cada usuario.

  Colaboración entre el personal: La comunicación continua entre el equipo de enfermería y el equipo de nutrición es crucial para garantizar que las necesidades alimentarias específicas de cada usuario se satisfagan de manera efectiva, asegurando así su bienestar general.

- **Materiales**: Se utilizó un computador de mesa, escritorio y el formato de modificaciones alimentarias para registrar y presentar la información.

Recomendaciones realizadas:

1. Individualizar la dieta: ajustar el tipo de dieta según las condiciones clínicas, estado nutricional y capacidades funcionales de cada persona mayor. Evitar aplicar un mismo plan de alimentación a todos los residentes.
2. Respetar la prescripción dietética: seguir rigurosamente las indicaciones del de la EAPB l sobre el tipo de dieta (normal, modificada en consistencia, energética o terapéutica).
3. Mantener buenas prácticas de higiene y manipulación: asegurar limpieza en la preparación, cocción y servicio de alimentos para prevenir infecciones gastrointestinales.
4. Evitar alimentos prohibidos según cada dieta:
    - Nada de sal adicional en dietas hiposódicas.
    - No ofrecer frituras ni productos procesados en dietas hipograsa.
    - Restringir azúcares simples en dietas hipoglucidas.
    - Controlar frutas y verduras con alto contenido de potasio en dietas renales.
5. Usar técnicas culinarias saludables: Priorizar cocciones al vapor, hervido, al horno o a la plancha. Evitar frituras y empanizados.
6. Ajustar texturas: Adaptar la consistencia de los alimentos (líquida clara, completa, semiblanda, puré o turmix) para evitar atragantamientos en personas con dificultad para masticar o deglutir.
7. Fraccionar las comidas: Servir las dietas en 5 o 6 tiempos al día, especialmente en personas con requerimientos específicos (ej. diabéticos o pacientes en recuperación).
8. Estimular el apetito y la adherencia: Presentar los alimentos de forma atractiva, cuidar la temperatura y variar el menú dentro de las restricciones permitidas.
9. Monitorear signos de intolerancia: Observar signos de malestar digestivo, rechazo, pérdida de peso, o desnutrición, y reportarlos al área de nutrición.
10. Mantener hidratación adecuada: Asegurar el consumo de líquidos, adaptando la textura si es necesario (líquido, néctar, miel o pudín) en personas con riesgo de broncoaspiración.
11. Evitar alimentos de alto riesgo: No suministrar alimentos con espinas, huesos, pieles duras, semillas o texturas difíciles de tragar a personas con alteraciones neurológicas o disfagia.

REGISTRO FOTOGRAFICO

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Preparar y servir según la dieta indicada para cada beneficiario	Manipuladores de alimentos	Durante la Ejecución del convenio 9663 de 2024
	Realizar seguimiento al servido, preparación, distribución y consumo de la dieta indicada a cada uno de los usuarios	Nutricionista Dietista	Durante la Ejecución del convenio 9663 de 2024
Próxima reunión	21/11//2025		
Elaboró	LESLIE GUTIERREZ SIERRA- NUTRICIONISTA		

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Socialización Modificaciones 2. Lugar o Localidad o Sede: Colondrinas 3. Fecha y hora: Oct 10 - 2025 10:00am

4. Nombre responsable: Leslie Gutierrez Sierra 5. Dependencia responsable: Formación

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	DAYANA ESPINA	CC	1070623198	Colondrinas	T. H	contratista	talentohumano.colondrinas@gmail.com	3123643781	Dayana
2	Jimena Villamil Muñoz	CC	1014111577	Colondrinas	T.O	Contratista	tcocolondrinas@gmail.com	3229479830	
3	LIZZY PAOLA QUINTERO	CC	1075574689	COLONDRINAS	AUX DE COCINA	CONTRATO	LIZZYPAOLA874@gmail.com	3202259460	LIZZY PAOLA
4	MISAEL ANGEL PINTO TORRES	CC	1065584451	Colondrinas	Auxiliar de cocina	contrato	misaelpinto.manager@gmail.com	3114907463	
5	RONALD CUBIANO OVALLE	CC	1072427882	Colondrinas	AUX ENFERMERIA	CONTRATISTA	yecidcubiano@hotmail.com	3232303153	Ronald
6	Paula Rodriguez	CC	1069402407	Colondrinas	Aux Enfermeria	Contratista	paularodgam0152@gmail.com	3228566997	Paula Rodriguez
7	Lizeth Suarez Bonilla	CC	1072431652	Colondrinas	AUX Enfermeria	contratista	lizethsuarez1996@gmail.com	3144691364	Lizeth S
8	Paola Andrea Ortiz Ortiz	CC	1023040679	Colondrinas	Aux enfermeria	Contratista	paola.ortiz@gmail.com	3102350	
9	Dora Perea Martinez	CC	1072427943	Colondrinas	AUX ENFERMERIA	Contratista	perea.dora.1515@gmail.com	3138955628	
10	Johanna Milena Paez Valencia	CC	1191868860	Colondrinas	AUX Enfermera	Contratista	milena.cruz123@gmail.com	3133238907	Milena Paez
11	Yolanda Garcia	CC	1072427661	Colondrinas	AUX Enfermeria	Contratista	micelodegarcia@hotmail.com	3229151153	Yolanda Garcia
12	Maria del Carmen Gallego	CC	1036633417	Colondrinas	AUX Enfermeria	Contratista	mariacgallego1482@gmail.com	3107503058	Maria Gallego
13	Lina Paola Galeano Alvarez	CC	1093152596	Colondrinas	AUX Enfermería	Contratista	Paola321estrada@hotmail.com	3024649714	Paola Galeano
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podré realizar consultas sobre los mismos para los finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido pueda generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para acceder los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo