ACTA N°

FECHA: 03 de octubre del 2025

HORA: 1:30 pm

LUGAR: JI Cofinanciado Independencia

ASISTENTES:

- Nutricionista de apoyo SDIS
- Talento humano de la unidad operativa

TEMA: Socialización protocolo Promoción de estilos de vida saludable

ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo
2. Presentación del tema
3. Preguntas y cierre

DESARROLLO:

En primer lugar, la profesional menciona el tema a tratar que corresponde a la socialización del protocolo de promoción de estilos de vida saludable, el cual tiene como objetivo facilitar herramientas técnicas al talento humano de los jardines infantiles que les permitan promover estilos de vida saludable en las niñas, los niños y sus familias a fin de contribuir al mejoramiento de sus condiciones de vida y bienestar.

Se explican conceptos básicos como actividad física, autocuidado, bienestar, estilos de vida saludable, hábitos de vida y salud; además se menciona que es importante considerar que los estilos de vida saludable se relacionan e integran a la personalidad durante los primeros años, fortaleciéndose hasta permanecer incluso en la edad adulta; de ahí la importancia de brindar una orientación adecuada y oportuna a las familias y a otros adultos significativos responsables de la atención y cuidado de las niñas y los niños, en cuanto a qué, y cómo hacer para promover experiencias de aprendizaje que fomenten hábitos saludables, y valorarlos como herramientas que ayudan a proteger y cuidar la salud relacionados con prácticas claves como la alimentación, actividad física, hábitos de higiene, autocuidado y desarrollo de habilidades personales y sociales.

Se explica que las acciones para la promoción de estilos de vida saludable que se implementen en el jardín deben ir encaminadas al "desarrollo de habilidades y actitudes de las niñas y niños para que tomen decisiones pertinentes frente a su salud, su crecimiento y su proyecto de vida, y que aporten a su

Powered by CamScanner

bienestar individual y al colectivo. Esta promoción se desarrolla durante los momentos que hacen parte de la cotidianidad del jardín infantil y el hogar, como la alimentación, el descanso, el sueño, la actividad física y la higiene (cambio de pañal, control de esfínteres, higiene oral, lavado de manos e higiene corporal), reconociendo siempre las particularidades, intereses, contextos y diferentes ritmos del desarrollo de cada niña y niño.

Alimentación saludable: es determinante en la vida de las niñas y los niños, ya que cumple con un papel biológico y social promoviendo adecuados procesos de crecimiento y desarrollo, el mantenimiento de la salud y la prevención de múltiples enfermedades tanto en la infancia como posteriormente en la vida adulta. De igual forma, es de gran importancia conocer que una alimentación saludable debe cumplir con las características de ser completa, equilibrada, suficiente, adecuada, inocua y variada. Esta se encuentra relacionada no sólo con lo que se come, sino también con el cómo, cuándo, dónde y quién acompaña estos momentos; por lo que se debe considerar como un proceso de potenciamiento del desarrollo de las niñas y los niños, convirtiéndose en una experiencia significativa para ellas y ellos, en donde prime el afecto, el cariño, la tolerancia y la comprensión. De igual forma, se deben reconocer los ritmos y tiempos propios del desarrollo de las niñas y los niños, reconociendo que ellas y ellos tienen mecanismos de regulación del hambre y la saciedad que deben ser respetados y, por lo tanto, no se debe forzar, ni obligar el consumo de ningún alimento.

Se debe fortalecer y promover el consumo de alimentos naturales y poco procesados como frutas, verduras, lácteos, alimentos fuentes de proteína, agua; y desestimular el consumo de productos y bebidas azucaradas. Por tal razón, se deben implementar estrategias de información, educación y comunicación con las familias y cuidadores, partiendo del reconocimiento de sus particularidades, saberes, intereses e historias de vida, con el fin de promover decisiones acertadas en la selección y preparación de alimentos, protegiendo a las niñas y niños de la publicidad de alimentos no saludables y evitando la preferencia de estos sobre los alimentos naturales y preparados en casa.

También se debe orientar a las familias sobre prácticas higiénicas durante la manipulación de los alimentos en el hogar durante la selección, compra, almacenamiento, conservación, preparación y servido; así como en el conocimiento de los grupos de alimentos y la importancia de su consumo, manejo de porciones según la edad, planeación de menús y recetas saludables y agradables acordes con el presupuesto familiar. Es importante involucrar a las niñas y los niños en la selección y preparación de los alimentos, incentivando su participación en estos procesos y teniendo en cuenta sus opiniones e intereses. De igual forma, dándoles a conocer los alimentos, sus propiedades, texturas, colores, sabores, olores y formas, motivando su exploración, degustación y consumo de manera progresiva y autónoma.

Powered by CamScanner

Actividad física: es de gran importancia porque aporta a la vida de las niñas y los niños la adopción de hábitos adecuados y saludables, reduce el riesgo de adquirir enfermedades, genera nuevas experiencias de aprendizaje y favorece de manera integral los procesos de crecimiento y desarrollo en las niñas y los niños; por esto es fundamental que tanto en los hogares como en el jardín se dispongan ambientes que promuevan el movimiento a través de experiencias cotidianas que inviten a la transformación de hábitos sedentarios por el de practicar actividad física, recordando beneficios de esta práctica.

Es necesario orientar a las familias sobre la importancia de permitir el movimiento libre y espontáneo de las niñas y niños partiendo de espacios que les permitan moverse, vinculándolos a actividades recreativas al aire libre, motivándolos a desplazamientos en donde prefieran caminar o correr en lugar de usar coche o carro, interactuando con las niñas y los niños en juegos o bailes que impliquen movimientos corporales enérgicos y limitando el tiempo frente a las pantallas sin realizar actividad física.

Hábitos de descanso y sueño: el descanso, la recuperación fisiológica y el soñar son necesidades humanas básicas para el ejercicio de una vida plena; es un momento de restablecimiento y conservación de la energía, regulación térmica, metabólica y endocrina, necesaria para mantener el equilibrio del cuerpo y la mente, es importante que este espacio dentro de los escenarios de atención para la primera infancia se resignifique contemplando todos los beneficios que trae para el desarrollo de las niñas y los niños.

Para el desarrollo de este hábito, es necesario identificar los signos de sueño en las niñas y los niños y respetar sus prácticas culturales; si un niño o una niña se niega a dormir, no hay que obligarlo y en su lugar ofrecer otras opciones de descanso, como la lectura de cuentos, pintar o dibujar. Durante este momento, es necesario tener en cuenta:

- Disponer el ambiente para el momento de la siesta, debe haber silencio o música suave y estar ligeramente oscurecido.
- Generar estrategias que inviten al descanso de una manera agradable, como una canción de cuna, un arrullo, así como asegurarle comodidad en la ropa, retirando zapatos y mejorando el espacio.
- Establecer mecanismos para hacer agradable el momento del despertar, con calidez, dado que, si se irrumpe el sueño de manera agresiva, se afecta el estado de ánimo del niño o de la niña, y de esta manera se puede alterar y generar disgusto a lo largo del día.

Para evitar momentos sedentarios prolongados, se explican las recomendaciones de horas de sueño de la OMS.

Hábitos de higiene personal: es importante promover hábitos de higiene personal tales como baño diario, adecuada higiene bucal, así como un correcto y frecuente lavado de manos. Para esto es

Powered by CamScanner

fundamental acompañar a las niñas y los niños en cada una de estas acciones desde el rol de familia, cuidadora y/o profesional o de atención a la primera infancia, ya que, favorecerá la formación de estos hábitos para que se puedan instaurar en la vida cotidiana y por ende llevar una vida saludable.

El lavado de manos y el cepillado de dientes deben hacer parte de la cotidianidad pedagógica del jardín, haciendo parte de los momentos de autocuidado donde la niña y el niño conocen los beneficios que traen estas prácticas para su salud y posteriormente sean leídas como acciones que garantizan a su vida bienestar.

Es importante tener en cuenta las condiciones de higiene que presentan las niñas y los niños: el baño diario, la higiene oral, las uñas, la condición de limpieza de la ropa y de los pañales. Si se identifica que no son las adecuadas se deberá primero indagar con la familia las razones y antecedentes que llevan a esas prácticas y establecer acuerdos relacionados con la forma y frecuencia de realizarlas. En los casos en donde se identifique la presencia de piojos adultos o huevos (liendres) en la cabeza de las niñas y los niños (pediculosis), es necesario solicitar a las familias reforzar los hábitos de higiene en el hogar (limpieza de toallas, sábanas y almohadas) y asistir al servicio de salud para determinar el tratamiento médico adecuado. Se debe evitar que las niñas y los niños tengan contacto directo cabeza a cabeza y que compartan pertenencias personales como peines, cepillos, moñas, gorros o cachuchas.

Es necesario atender las necesidades de higiene de las niñas y los niños mientras permanecen en el servicio, revisar constantemente el pañal y cambiarlo cada vez que sea necesario, acompañarlos en el proceso de control de esfínteres, mantener sus manos y su cara limpios, cambiarlos de ropa cuando sea necesario, destinar un momento para el cepillado de dientes y en general todo aquello que favorezca su higiene personal.

- **Habito de higiene bucal**: este debe generarse mediante estrategias que sean del agrado de las niñas y los niños, en donde se les explique la importancia de la salud oral, se familiaricen con las estructuras bucales y se realicen demostraciones para que ellas y ellos apropien con mayor facilidad este hábito. Para esto, es imperativo vincular a las familias en actividades educativas e informativas sobre la importancia del cuidado de la salud oral y la práctica de la higiene bucal en la primera infancia.
- **Habito de lavado de manos:** se debe incentivar el hábito empleando dinámicas durante la actividad, favoreciendo que las niñas y los niños vayan aprendiendo el proceso adecuado de lavado de manos en todos los momentos del día en que sea requerido, y a su vez este sea un momento de disfrute al establecer el contacto con el agua y el jabón.

Finalmente se recuerdan las responsabilidades del jardín frente al protocolo, se agradece la asistencia y cierra la sesión.

Powered by CamScanner

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



CONVOCATORIA:

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Stephany Marin Diaz	Nutricionista	SDIS	

Anexos: Listado de asistencia

Elaboró: Stephany Marin Diaz

Powered by CamScanner

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 Protocolo Lactancia Materna 2. Lugar o Localidad o Sede: JICC Independencia 3. Fecha y hora: 03/10/2025 1:30 pm

4. Nombre responsable: Stephany Mora 5. Dependencia responsable: Nutrición-SG

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	Estefanía Omeña Rodríguez	C.C	1093779856	J. Independencia	Profesional de atención P.I	Contratista	oferfani@gmail.com	3014738520	EstefaníaO.R
2	Leydy Martínez	C.C	1024571109	J. independencia	Profesional de atención P.I	contratista	Martinezleydy86@gmail.com	3023061203	Leydy M
3	Ana Liliana Borda	C.C	1030584847	J. Independencia	Profesional de Atención P.I	Contratista	anyliborda@gmail.com	3203425288	Ana Borda
4	Julieth Johanna Hurtado	C.C	1077481827	J. Independencia	Profesional de Atención P.I	contratista	julietthurtadoromero@gmail	3205136046	Julieth Hurtado
5	Johana Díaz Nieto	CC	52932196	J. Independencia	Profesional de Atención P.I	Contratista	johi2012@hotmail.com	3212733481	Johana Díaz
6	Francy Loaiza	CC	1023922106	J. Independencia	Aux de Atención	contratista	Profefrancyloaiza@gmail.com	3118086224	Francy Loaiza
7	Mayerly Peña	CC	1022395077	J. independencia	Profesional en Atención	Contratista	mayerly.p.2012@gmail.com	3142771670	Mayerly P.
8	Carmenza Gutierrez	CC	52344451	J. Independencia	Aux de Atención	Contratista	gcarmenza@gmail.com	3124575108	Carmenza Gutierrez
9	Andrea Sanchez	CC	28869745	J. Independencia	Profesional en atención	contratista	andrea1180@hotmail	3144502011	Andrea Sanchez
10	Laura Carrero	CC	1014398905	J. Independencia	Profesional de atención	Contratista	julietharm[illegible]	3238888225	Julieth C.
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue info...nado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recol...tados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las 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 puede 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 consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Powered by CamScanner