ACTA N° 950

FECHA: Fusagasugá, 10 de febrero del 2023

HORA: 10: 30 am – 11:30 am

LUGAR: Salón Santo Domingo

TEMA: IEC Prevención y manejo de las dislipidemias al talento humano.

ASISTENTES: Talento Humano de la comunidad de cuidado Hogar San José Saramita

ORDEN DEL DÍA:

1. Convocatoria a los asistentes.
2. Introducción
3. Desarrollo de la actividad.
4. Logros, dificultades, alternativas de solución.
5. Cierre.

Objetivo: Capacitar en conocimientos básicos de prevención y manejo de las dislipidemias.

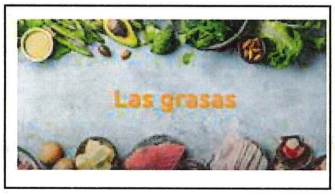
Introducción: Se realiza socialización de la importancia de conocer la forma adecuada de prevenir y manejar adecuadamente las dislipidemias.

Materiales: presentación power point, esferos y papel.

DESARROLLO:

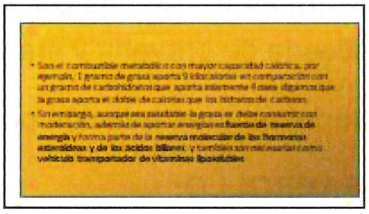
1. Se realiza la convocatoria al talento humano de la comunidad de cuidado.
2. Se da inicio a la capacitación con el pretest a fin de indagar los conocimientos previos acerca del tema.

La nutricionista, da inicio con la definición de que son las grasas y la importancia de las mismas, luego se explican los diferentes tipos de grasas: saturadas, monoinsaturadas y poliinsaturadas. Se explica cuáles son las saludables y las menos saludables, lo que aportan y las posibles consecuencias de un inadecuado consumo de las mismas. Se explica la importancia de respetar la dieta de cada uno, se indican generalidades de una alimentación saludable durante cada una de las etapas de la vida y se evidencia la relación que hay entre los inadecuados hábitos alimentarios a lo largo de la vida con el desarrollo de las enfermedades crónicas no transmisibles durante la etapa en la que actualmente ellos se encuentran. Posteriormente el psicólogo realiza intervención, en donde hace referencia al tema de las emociones que transmite la comida y les explica los deseos que impulsan a las personas a consumir ciertos alimentos ricos en grasas y la forma en que pueden controlarse ese tipo de emociones. Finalmente, por parte de la fisioterapeuta se da paso a la explicación de cómo por medio del ejercicio o la actividad física se puede promover la quema de grasa acumulada y se realiza una actividad con el talento humano en la cual se ponen en movimiento y se les indica los tiempos adecuados para lo mismo.









Logros y dificultades: Se logró realizar una sesión de trabajo bastante productiva en la que se discutieron varios puntos y se fortalecieron los saberes de las asistentes.

Se realiza post-test en donde se evidencia que el 100% de las participantes mejoran en sus saberes con la capacitación impartida.

8. Se resuelven dudas de los asistentes.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Giovanna Ramírez	Nutricionista	Hogar San Jose Saramita	
Fernando Salcedo	Coordinador	Hogar San Jose Saramita	

Anexos: Evidencia fotográfica y planilla de asistencia.
Elaboró: Martha Giovanna Ramírez

EVIDENCIA FOTOGRAFICA




10 feb. 2023 11:11:45 a. m.
#Hogar San José Saramita


10 feb. 2023 11:43:28 a. m.
#Hogar San José Saramita

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 1 de 3

Tema: Aprendiendo a comer: IEC Manejo y prevención de las dislipidemias

Lugar: Salón Santo Domingo

Fecha y hora: 10/02/2023 10:30 am a 11:30 am

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Sandra Patiño	53925.099	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	A.S.6		3224080679	SandraP
2	Tatiana Horta	1010101639	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	A.S.6		3012382282	Tatianahorta
3	Alba prieto	35414476	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	A.S.G		3 E2395076	Alba Prieto
4	Jazmin Suarez	1069733691	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	T. Archivo		3132030842	Jazmin Suarez
5	TATIANA CASALLAS	1033711228	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	A.S.6		3017231460	
6	Nubia Camargo	52473817	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	AS6		3142647830	Nubia
7	Lucia Parada	1006952694	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	A S 6		3122196256	Lucia P.
8	Maria Morales	1098828440	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Cocina		3234967935	Maria M
9	Lucy Mo	30972327	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Tecnico Gastronomo		3112587350	Lucy Mo
10	Jessica suarez	1072496086	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Aux cocina		3208364977	Jessicasuarez
11	Durani Torres	1069720416	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Aux Cocina		3103466642	Durani Torres
12	Ana Maiela Vela	35250546	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Aux cocina		3124349034	Maiela Vela
13	Soylly Prieto cordoba	1000516348	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Aut Cocina		3237716379	Soyll Prieto

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

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: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 2 de 3

Tema: Aprendiendo a comer: IEC Manejo y prevención de las dislipidemias Lugar: Salón Santo Domingo Fecha y hora: 10/02/2023 10:30 am a 11:30 am

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
14	Viviana Gomez	1.069.747.816	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	AS. Adm.		3058196150	Viviana G.
15	LEIDY GONZALEZ	52.492.409	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	FARMACIA		3124225722	
16	Luz Dary Garcia	41456854	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	D.		3213701657	
17	Diana Siaturma	1070615504	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Trabajo social		3219192471	
18	María Yiney Sigua Mora	23795285	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Técnico operativo		3134468573	
19	Lina Castellanos	1000855353	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	T.O		3118769894	
20	Fabiola Ramos	53931616	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	ASG		3212840409	fabiolaRS
21	Yonny Vasquez	35.253.114	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Tallerista		3143746086	
22	Jainner Rodriguez	1024.519.581	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Tallerista		3133095481	Jainner R.
23	Juan D. Sanchez	1069748066	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Ambiental		3134527117	
24	Marian C. Alvarado C.	53930958	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Fisioterapeuta		3012034776	

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

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: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 3 de 3

Tema: Aprendiendo a comer: IEC Manejo y prevención de las dislipidemias Lugar: Salón Santo Domingo Fecha y hora: 10/02/2023 10:30 am a 11:30 am

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
25	Edwin Ayala C.	92515942	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Psicólogo		3147270417	
26	Nancy Ramirez G	52920191	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita	Contadora.		3116313769	Nancy Ramirez
			Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita				
			Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita				
			Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita				
			Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita				
			Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita				
			Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita				
			Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita				
			Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita				
			Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita				

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner

PRE TEST

Powered by CamScanner

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Nancy Ramirez FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Saturadas y polisaturadas

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

No conozco.

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Edwin Ayala C. FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Animal
Vegetal

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

① Thermoregulador
② Almacena energia.

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Jessica suarez FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

vegetal y Animal

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Jaylla Tatiana Prieto FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Animales, Vejetal

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Ana Fabiola Ramos S FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Energicas y

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Marian Alvarado FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

LDL, Triglicéridos, HDL

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Almacenamiento de energia
Termorregulador.

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Mariela Vela FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Animal, Vegetal

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

No Se

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Duran Torres FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Animal y vegetal

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Powered by CamScanner

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Tatiana Hortúa FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas Saturadas, insaturadas

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Son importantes porque ayudan a nuestro organismo para en altas cantidades también enferman nuestro cuerpo

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Alba Prieto FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

grasas trans
grasas saturadas

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

aportan energías al cuerpo
ayudan al metabolismo para que sea mas rápido

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Yeimi Suarez FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

saturadas - saludables

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Aportar energia

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Lucia Parada C. FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas Saturadas
Grasas Trans

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

No Se

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Nivia Camayo FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas Saturadas
Grasas Trans

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Tatiana Casallas FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Energetica
Saludables

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Lucy Pira FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Vegetal animal Saturada trans insaturada Grasa total

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Para mantener el cabello saludable y la piel y la absorcion de vitaminas

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Laura Morales FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas Saturadas, Grasas trans Grasas insaturadas, Grasas totales

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

mantener la piel y cabello Saludable
Absorcion de vitaminas

Powered by CamScanner

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Leidy Gonzalez FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

No se

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

No se

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Viviana Gomez. FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

No Recuerdo

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

No Recuerdo.

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE Sandra Patiño FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas saturadas.

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
PRE TEST

NOMBRE _____ FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

HDL, LDL, Trigliceridos, Colesterol bueno y malo

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Aportan energia
Termoregulador
Facilitador de vitaminas E, D, A, K

Powered by CamScanner

POS TEST

Powered by CamScanner

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Tatiana Casallas FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

grasas Saturadas
grasas No saturadas

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Nos Aporta Energias. Son vitales para nuestro organismo

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Nelly Camargo FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas Saturadas
Grasas no Saturados

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

nos aporta energias son vitales para nuestro organismo

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Paola Morales FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas saturadas, Monosaturadas Poliinsaturadas, Grasas trans,

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Aportan energia. son vitales para Nuestro organismo, Absorcion de vitaminas

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Lucy Alba FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Saturados, monosaturados poliinsaturados
Trans insaturada

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

que nos aporta energia son vitales para nuestro cuerpo cobria y vitaminas

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Sandra Patiño FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Saturadas - Origen Animal
Ensaturadas -

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Nos aportan energia
Son vitales para el organismo

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Lucia Parada. FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas Saturadas
Grasas Monosaturadas.

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Aportan energias. Son vitales Para Nuestro organismo.

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Alba Prieto FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

grasas Saturadas
grasas Poliinsaturadas

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

aportan energia
aportan en la absorsion de vitaminas.

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Tatiana Horta. FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas Saturadas: Origen Animal
Grasas insaturadas: Origen natural
Grasas trans: elaborada por el hombre.

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Aportan energia
ayudan a la absorcion de vitaminas
ayudan a nuestro cuerpo

Powered by CamScanner

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Saylly Prieto Cordoba FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas saturada, Grasas Trans, Grasas, insaturada, Grasa mono saturable

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Son nutrientes Que aportan energia en el cuerpo y aportan calorias en el cuerpo

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Jazmin Suarez FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Saturadas, insaturadas, Grasas Trans monoinsaturadas, polinsaturadas

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Absorcion de Vitaminas, Aportan energias

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE LEIDY GONZALEZ FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas saturadas
Grasas Insaturadas

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

- Aportan Energia
- Ayuda absorcion de vitaminas
- Aportan calorias

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Viviana Gomez. FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

grasas saturadas. Grasas Insaturadas.

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Aportan energias, absorben. Vi

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Jessica suarez FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas saturadas Grasas moderada trans
Grasas insaturadas

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Ayuda a la adsorcion de vitaminas
Ayuda a aportar energia

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Ana Fabiola Ramos S. FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Saturadas y insaturadas
Grasa trans

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Son nutrienten que nos aportan al gido nutrientes muchas calorias y Forman parte

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Maiela Ucla FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasa saturadas grasa moderada
Grasa tras grasa insaturada

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Que nos aportan para la energia
Calorias y calorias en el cuerpo

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
IEC TALENTO HUMANO
POS TEST

NOMBRE Durani Torres FECHA 10/02/2023

1. MENCIONE LOS TIPOS DE GRASAS QUE CONOCE

Grasas saturadas, Grasas moderada y
Grasas insaturadas.

2. MENCIONE DOS FUNCIONES IMPORTANTES DE LAS GRASAS

Nos aportan energia y calorias.

Powered by CamScanner