Lugar	Centro de Comunidad de Cuidado Hogar Las Golondrinas
Fecha	*24/11/2025 Hora: 1:00 aPm a 2:00 PM*
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.

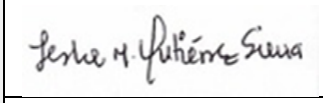
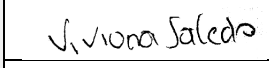
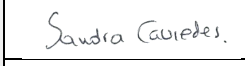
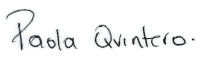
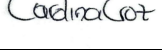
10. Mantener hidratación adecuada: Asegurar el consumo de líquidos, adaptando la textura si es necesario (líquido, néctar, miel o pudín) en personas con riesgo de broncoaspiración.

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.

Esta actividad para el mes de septiembre se realiza con el personal manipulador de alimentos con el fin de dar a conocer las dietas de las personas mayores, no se realiza con Auxiliares de enfermería, ya que por cronograma corresponde en el mes de Diciembre.

REGISTRO FOTOGRAFICO



Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Leslie Gutiérrez Sierra 	Nutricionista	Centro de Comunidad y Cuidado Hogar Golondrina de la Mesa
	Jeimmy Briceño 	técnico de alimentos	Centro de Comunidad y Cuidado Hogar Golondrina de la Mesa
	Heidi Salcedo 	Manipuladora de alimentos	Centro de Comunidad y Cuidado Hogar Golondrina de la Mesa
	Sandra Caviedes 	Manipuladora de alimentos	Centro de Comunidad y Cuidado Hogar Golondrina de la Mesa
	Paola Quintero 	Manipuladora de alimentos	Centro de Comunidad y Cuidado Hogar Golondrina de la Mesa
	Carolina Cruz 	Manipuladora de alimentos	Centro de Comunidad y Cuidado Hogar Golondrina de la Mesa

	Actividad	Responsable	Fecha límite
Compromisos	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	21/12//2025		
Elaboró	LESLIE GUTIERREZ SIERRA- NUTRICIONISTA		