ACTA Nº 198 COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CLARITA SANTOS CAJICÁ - 2021

FECHA: Cajicá, octubre, 30 de 2021.

HORA: 12:12 p.m. – 12:56 p.m.

LUGAR: Hogar Clarita Santos Cajicá

TEMA: Carbohidratos al plato.

ASISTENTES: Karen Gaeth Hennig (responsable de la actividad), Sor Ana Inés Rincón Barbosa (coordinador responsable de la unidad operativa)

ORDEN DEL DÍA:

1. Objetivo de la actividad.
2. Introducción de la actividad.
3. Actividad Carbohidratos al plato.
4. Materiales a utilizar en la actividad.
5. Compromisos.
6. Anexos.

DESARROLLO:

1. OBJETIVO:

   Promover estilos de vida saludables por medio de acciones y prácticas integrales que contribuyan al bienestar nutricional y a la prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación del talento humano de la Comunidad de Cuidado Clarita Santos Cajicá.

2. INTRODUCCIÓN:

   La estrategia de información, educación y comunicación – IEC en promoción de estilos de vida saludable: alimentación, nutrición y actividad física, dirigidas a los participantes

de la Comunidad de Cuidado Hogar Clarita Santos Cajicá, en el marco del lineamiento en estilos de vida saludable, tiene como objetivo generar procesos que, además de brindar respuesta a las necesidades básicas de los participantes atendidos, optimicen los beneficios proporcionados; por lo cual, se plantean actividades grupales gerogógicas relacionadas con hábitos de vida saludable, con el propósito de mejorar el estado de salud de las personas mayores, y por ende su calidad de vida, para dar cumplimiento, mensualmente se llevará a cabo la actividad Nutriónica: "Nutrición armónica", en el mes de julio se desarrollará la actividad Cuidando el mango, mediante un mercado con diferentes alimentos didácticos fuente de grasas saturadas e insaturadas, que luego se ubicaran frente a un semáforo, con el fin de informar sobre el valor nutritivo y frecuencia de consumo adecuado de las grasas.

3. ACTIVIDAD CUIDANDO EL MANGO

La actividad desarrollada el día 21 de octubre en el marco de la estrategia de información, educación y comunicación en promoción de estilos de vida saludable (Nutriónica: "Nutrición armónica") fue Carbohidratos al plato, utilizando la técnica didáctica demostración se realizaron preparaciones con alimentos fuente de carbohidratos, recordando la importancia de consumirlos en la alimentación diaria como aporte principal de energía. Durante la digestión, los azúcares y almidones se descomponen en azúcares simples. Luego se absorben en el torrente sanguíneo, donde se los conoce como glucosa sanguínea. Desde allí, la glucosa entra en las células del cuerpo con la ayuda de la insulina. El cuerpo usa la glucosa para obtener energía para hacer todas sus actividades, ya sea salir a correr o simplemente respirar. La glucosa adicional se almacena en el hígado, los músculos y otras células para su uso posterior o se convierte en grasa.

Como método de evaluación, al final del mes se entregarán incentivos de diferente valor según los hábitos alimentarios presentados, la participación en las actividades de estilos de vida saludable y en la actividad física diaria.

4. MATERIALES A UTILIZAR EN LA SOCIALIZACIÓN:
Espacio para el desarrollo de la actividad, ingredientes para la preparación, video receta, planilla de asistencia.

5. COMPROMISOS:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
Realizar actividad bimestral en IEC con el talento humano.	Nutricionista	12/2021

6. ANEXOS: Listado de asistencia.
   Evidencia fotográfica.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Karen Gaeth Hennig	Nutricionista	Hogar Clarita Santos – Casa La Esperanza	Karen Gaeth Hennig
Sor Ana Inés Rincón Barbosa	Coordinadora	Hogar Clarita Santos – Casa La Esperanza	Sor Ana Inés Rincón Barbosa

Elaboró:

Karen Gaeth Hennig

Nutricionista Dietista MND 06897

Evidencia fotográfica





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 2

Tema: Carbohidratos al plato Lugar: HCS. Fecha y hora: 21/10/2021 3:00p.m.

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo institucional y/o personal	Teléfono y Ext. / fax	Firma
1.	Yolima Beltran	52713618	HCS	Enfermera	yolbel1816@gmail.com	3046691607	
2.	Viviana Josa C	53.155.088	HCS	T.O	vajosac@gmail.com	3006863181	
3	Johanna Yanes	1023895378	HCS	T. Social	johanna.yanes.suarez@gmail.com	3125658815	
4	Liseth Rojas Cordero	1.045712.960	HC.S	P. Operativo	l.ar1126@gmail.com	3023878360	
5	Clara Malagón	35410895	H.C.S	Enfermera	—	—	
6	Claudia Donato	35479696	H.C.S	S. Generales	—	3118265574	
7	BEISY ACEVEDO	63253339	H C S	S Generales	—	3124150501	
8	Maria Calderón	35241853	H C S	S Generales	—	3213991316	
9	Angélica Firavitoca R.	1072424522	H.C.S	S. Generales	—	3213396849	
10	Jessika Figueroa	1070013985	H.C.S.	S Generales	—	3245543980	
11	Maribel Rodriguez	52666753	H C S	Aux terapia	rddyrcrodriguez@hotmail.com	3103102070	
12.	Clara Sandoval	20423827	HCS.	cocinera	—	3157941188	
13	Jhpsy Zabala	1013246	HCS.	aux cocina	—	3224372232	
14	Diana Lugo	40614144	HCS	Guy servicios G	—	3204810817	
15	Mayra Correa	35424818	HCS	Aux enfermeria	—	3132167832	
16	Alabama Gelpezan	3146416	HCS	Conductora	—	3132529097	

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.