ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO: PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO: REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-XXX Versión: Fecha: Página: 1 de 1

DOCUMENTO NO CONTROLADO

1. Unidad Operativa: GRATITUD
2. Componente: ATENCION INTEGRAL
3 Eje de Atención: CUIDADO INTEGRAL
3.1 Línea de Atención: CUERPO Y MENTE
4. Nombre de la activi: **SNACKS SALUDABLES**

5. Fecha de ejecución

9	3	2022	al	9	3	2022

6. Profesional a cargo de la actividad

NUTRICIONISTA- MARIA MERCEDES TAPIAS GAITAN

7. OBJETIVO GENERAL

Impartir la informacion sobre el tema de los Snacks Saludables como preambulo a lo relacionado con la Alimentacion Sana y Saludable combinando los diferentes grupos de alimentos.

7.1 . OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Socializar los grupos de alimentos para mostrar lo relacionado a la combinacion y mezcla de los alimentos para preparar el snack saludable.
2. Definiciones basicas de snacks saludables.
3. Mostrar a traves de laminas y fotos que es un snack y que alimentos se deben utilizar para ello.
4. Mostrar lo relacionado a los tamaños de las porciones de un snack y cuales son sus principales combinaciones.
5. Consumo de un snack: en que tiempo de comida se puede realizar

8. PLANEACION

Invitación a la participación del taller programado y saludo a todas las personas mayores .
Por medio de una presentacion en power point se mostro lo relacionado a los snacks saludables utilizando laminas para poder mostrar su presentacion tamaño y colorido segun loas alimentos que se utilicen.

9. DESARROLLO

Se da incio a la actividad con un saludo cordial y presentación de la profesional a cargo de la misma.
Se inicia el taller realizando una lluvia de preguntas acerca de la palabra Snacks ya que para muchos adultos mayores este tema es muy nuevo para ellos, motivo por el cual se les explico inicialmente la palabra snack mediante una serie de laminas y foticos a color donde se reflejaba de manera basica los diferentes alimentos que se pueden utilizar para la preparacion de un snack saludable.
Se explico igualmente el porque de la utilizacion de un snack dentro de la alimenatacion diaria y en que tiempos de comida se pueden utilizar y preparar.
Los adultos mayores realizaron preguntas en relacion a los diferentes alimentos que se pueden utilizar e igualmente mezclar para poder consumir de forma mas agradable los alimentos,ya que estos snacks tienen como alimentos basicos las hortalizas y verduras las cuales no son muy apettecidas por ellos.
Se explico igualmente lo relacionado al aporte nutricional de los diferentes snacks y se les explico tambien cuales son los beneficios que traen a nuestro cuerpo y a la digestion de estos snacks.
Se realizan de forma aleatoria diferentes preguntas tanto por parte de los adultos mayores como de la Nutriciconista quien esta dictando el taller.
Los adultos mayores refirieron que los snaks con frutas y granos son los mas apetecidos por su presentacion.

La actividad se lleva a cabo con total satisfaccion ya que los adultos mayores consideraron interesante el tema presentado porque para ellos era una tematica poco conocida y que las porciones de estos snacks son bastante adecuadas para su capacidad de ingesta.

11. RECURSOS

Tablero
Marcador
Sillas
Presentacion power point

12. EVIDENCIAS

Anexo de registro fotografico.

Maria Mercedes Tapias Gaitan
NUTRICIONISTA-DIETISTA

Disneyla Diaz
14. Nombre y firma del Coordinador

JORGE USMEG.
HUMBERTO OLIVEIRA
15. Nombre y firma personas mayores

Escaneado con CamScanner

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha: 9 marzo 2022	Nombre de la Actividad: Nutrición Snacks saludables	Responsable: María Mercedes Tapias Gaitán







