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-### 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 actividad: DISMINUYE EL CONSUMO DE ALIMENTOS DE PAQUETE Y BEBIDAS AZUCARADAS

5. Fecha de ejecución: 13 | 7 | 2022 al 13 | 7 | 2022

6. Profesional a cargo de la actividad: NUTRICIONISTA-JULIANA CASTRO

7. OBJETIVO GENERAL

Favorecer el mantenimiento de las capacidades de autocuidado habilidades cognitivas y fisicas mediante acciones interdisciplinarias a traves de actividades de la vida diaria, orientadas a fortalecer en las personas mayores un envejecimiento activo y sano.

7.1 . OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Identificar la diferencia entre productos procesados o minimamente procesados y los productos ultraprocesados.
2. Conocer las partes de los empaque de los productos ultraprocesados y la información mas importante de estos.
3. Identificar los ingredientes o componentes que pueden ser nocivos para la salud presentes en los productos ultraprocesados.

8. PLANEACION

Invitación a la actividad de promoción de estilos de vida saludable.
Saludo a las personas mayores.
Proyección de video acerca de los productos ultraprocesados.
Socialización y explicación acerca de los productos ultraprocesados, componentes y etiquetados.

9. DESARROLLO

Se da inicio a la actividad con un saludo a las personas mayores.
Para comenzar con la capacitación se indaga los conocimientos previos que puedan tener las personas mayores acerca del tema que se va a tratar, realizando preguntas relacionadas.
Posterior a eso se proyecta un video reportaje acerca de los alimentos ultra procesados, su normatividad y el marketing realizado por la industria.
Durante la reproducción del video se van realizando pausas para explicar y aclarar ciertos temas mencionados en el video:
-Diferencia entre productos procesados y productos ultra procesados: se realiza la explicación de la diferencia de estos productos con base en el documento de la organización panamericana de salud acerca del tema.
-Se establece el ente regulador de medicamentos y alimentos dentro de Colombia.
-Se aborda los permisos legales que tiene la industria para realizar las campañas publicitarias y el marketing en general, por el cual puede ser confuso identificar alimentos saludables de alimentos ultra procesados.
-De igual manera se socializa el tema de los sabores y la palatabilidad de los alimentos ultra procesados cómo funcionan en el organismo y sobre todo como actúan como sistema de recompensa y como algunos compuestos adicionados son los que aportan a esa palatabilidad.
-Se abordaron los principales nutrientes críticos a tener en cuenta cuando se consumen este tipo de productos como: azúcar, sodio y grasas, con base en el perfil de nutrientes de la organización panamericana de la salud.
-Se realiza una breve explicación del etiquetado del alimento y del etiquetado nutricional, dando herramientas para que las personas puedan identificar puntos clave de estos productos cuando se encuentren fuera de la unidad operativa y tengan oportunidad de cruzarse con este tipo de alimentos.
Finalmente se realiza un ejercicio reflexivo respecto a las patologías de base que presentan algunos de los participantes de la actividad, para que puedan interiorizar cuales son aquellos compuestos o nutrientes con los que deben tener especial cuidado a la hora de comprar y consumir este tipo de alimentos.

10. EVALUACIÓN

Se realizan preguntas relacionadas al tema como ¿que son los alimentos ultra procesados? ¿conocen el ente regulador de los alimentos en Colombia? Y ¿Qué conocen acerca del etiquetado nutricional de los productos?
Al finalizar el encuentro de nuevo se realizan algunas preguntas acerca del tema como ¿Cuáles son los nutrientes críticos a tener en cuenta en el etiquetado?, ¿cuáles son los componentes de mayor importancia para las respectivas patologías? ¿cuál es la frecuencia de consumo recomendada para estos alimentos?, se observa una activa participación, además de apropiación de la patología y autocuidado por parte de algunos participantes.

11. RECURSOS

Sillas
Tablero
Marcador
Televisor
Computador

12. EVIDENCIAS

Adjunto registro fotografico

Juliana Castro Juliana CB 13. Nombre y firma del profesional que diligencia el formato	Disneyla Diaz 14. Nombre y firma del Coordinador

Julia Andrés Martínez - Julia Martinez
Jesús Omar López J. - Jesus Omar lopez
- Jorge Usme.
15. Nombre y firma personas mayores

Escaneado con CamScanner

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha: 13 de julio 2022	**Nombre de la Actividad:** Reduzca consumo de paquetes, gaseosas y bebidas azucaradas.	**Responsable:** Juliana Castro Benavides





