ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ N° *132*	
Hora: 9:00 am	**Fecha:** Marzo 10 del 2026
Lugar:	UDS PADRES CRECIENDO JUNTOS 1
Dependencia que Convoca:	Corporación Huellas De Amor Para Tu Vida- CORHUELLAS
Proceso:	Promoción y Prevención
Objetivo:	Promover en las familias prácticas de alimentación saludable como estrategia fundamental para la prevención de la obesidad, fortaleciendo hábitos adecuados desde la primera infancia y fomentando el bienestar físico y emocional de niñas, niños, mujeres gestantes y lactantes.

Agenda:

1. Saludo y bienvenida
2. Oración o reflexión inicial
3. Presentación de la temática ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y PREVENCION DE LA OBESIDAD
4. Socialización y diálogo participativo

Desarrollo:

1. Saludo y bienvenida

Se da inicio al encuentro con un saludo cordial a todos los asistentes, agradeciendo su presencia y disposición para participar en este espacio formativo. Se resalta la importancia de fortalecer hábitos saludables en familia, reconociendo que los padres y cuidadores son el principal ejemplo en la formación de los niños y niñas.

2. Oración o reflexión inicial

Se realiza una breve oración o reflexión, orientada al amor, la vida y el cuidado:

"Hoy agradecemos por los alimentos que llegan a nuestras mesas y por la oportunidad de cuidar nuestro cuerpo y el de nuestros hijos. Que aprendamos a elegir lo que nos hace bien, a compartir en familia y a crecer con salud y bienestar."

3. Presentación de la temática

ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y PREVENCION DE LA OBESIDAD

Durante este espacio se aborda la **alimentación saludable** como un pilar fundamental para el desarrollo integral de niña y niños, así como para la salud de las mujeres gestantes y lactantes. Se explica que una alimentación equilibrada debe incluir variedad de alimentos como frutas,

CLASIFICADA

verduras, proteínas, cereales y agua, los cuales aportan los nutrientes necesarios para el crecimiento, la energía y el adecuado funcionamiento del organismo.
Se enfatiza que los hábitos alimentarios se construyen desde la primera infancia, por lo cual es fundamental que las familias promuevan prácticas adecuadas desde temprana edad, tales como:

- Ofrecer alimentos naturales y frescos
- Evitar el consumo excesivo de azúcares, grasas y productos ultraprocesados
- Establecer horarios de alimentación
- Fomentar el consumo de agua

Se profundiza en la **prevención de la obesidad**, explicando que esta es una condición que puede afectar la salud física y emocional de los niños y adultos, aumentando el riesgo de enfermedades como diabetes, hipertensión y problemas cardiovasculares.

Se reflexiona que la obesidad no solo está relacionada con la alimentación, sino también con otros factores como:

- El sedentarismo (poca actividad física)
- El uso excesivo de pantallas
- Hábitos familiares inadecuados

Por ello, se resalta la importancia de promover:}

- La actividad física diaria (juego, movimiento)
- Rutinas saludables
- Espacios familiares activos

Asimismo, se destaca el papel de la familia como principal agente formador de hábitos, siendo necesario que padres y cuidadores den ejemplo mediante prácticas saludables en el hogar.
Finalmente, se invita a reconocer que una buena alimentación no se trata de prohibir, sino de **educar, equilibrar y tomar decisiones conscientes**, promoviendo el bienestar integral.

4. Socialización y diálogo participativo

Se genera un espacio de interacción donde los participantes comparten sus prácticas alimentarias, experiencias y dificultades. Se identifican hábitos positivos y aspectos a mejorar, promoviendo el aprendizaje colectivo y el respeto por las diferentes realidades familiares.

Se orienta a los participantes para aclarar dudas, desmitificar creencias erróneas y fortalecer conocimientos sobre alimentación saludable y prevención de la obesidad.

CLASIFICADA

Decisiones:

Al finalizar el encuentro, se concluye que la alimentación saludable es un factor determinante en la prevención de la obesidad y en el desarrollo integral de los niños y niñas. Se reconoce que la construcción de hábitos adecuados requiere compromiso, constancia y acompañamiento familiar.

Se resalta la importancia de iniciar estos hábitos desde temprana edad y de mantener un equilibrio entre alimentación, actividad física y bienestar emocional.

Evidencias:

Compromisos / tareas	Responsable(s): Nombre / Cargo o rol	Fechas
Brindar orientación clara y pertinente sobre alimentación saludable	TALENTO HUMANO	Siguientes Meses
Diseñar estrategias pedagógicas lúdicas que promuevan hábitos saludables	TALENTO HUMANO	Siguientes Meses
Promover una alimentación balanceada en el hogar	TALENTO HUMANO	Siguientes Meses

FIRMA ASISTENTES

Nombre	Cargo o rol / Dependencia	Entidad	Firma
LUCY PAOLA TORRES TRUJILLO	PROFESIONAL EN SALUD Y NUTRICIÓN	CORHUELLAS	

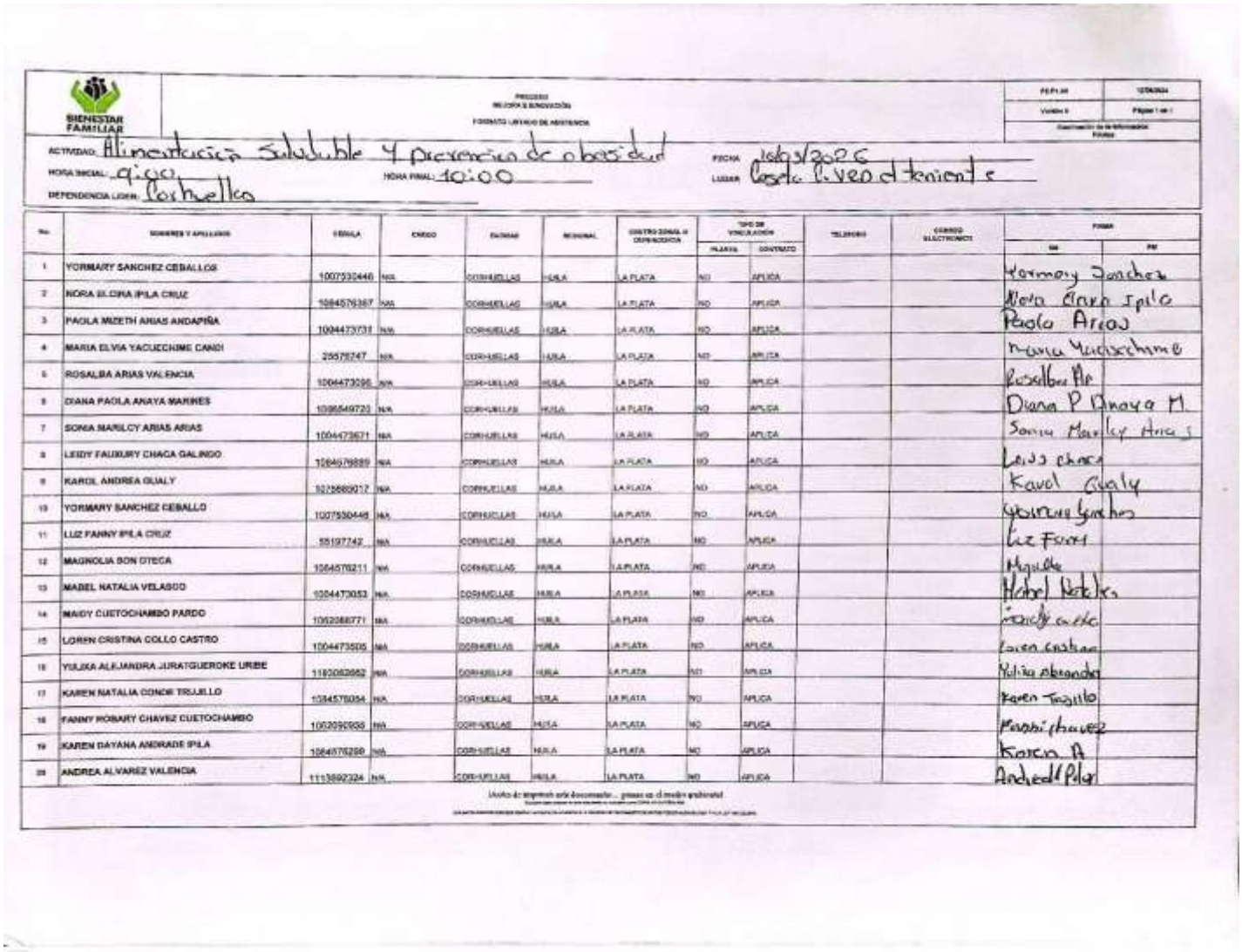
Próxima reunión	Fecha	Hora	Lugar
	Por definir	Por definir	Por definir

CLASIFICADA

Colaborador que elabora el acta:	LUCY PAOLA TORRES TRUJILLO



CLASIFICADA



BIENESTAR FAMILIAR

PROCESO
MEJORA E INNOVACIÓN

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA

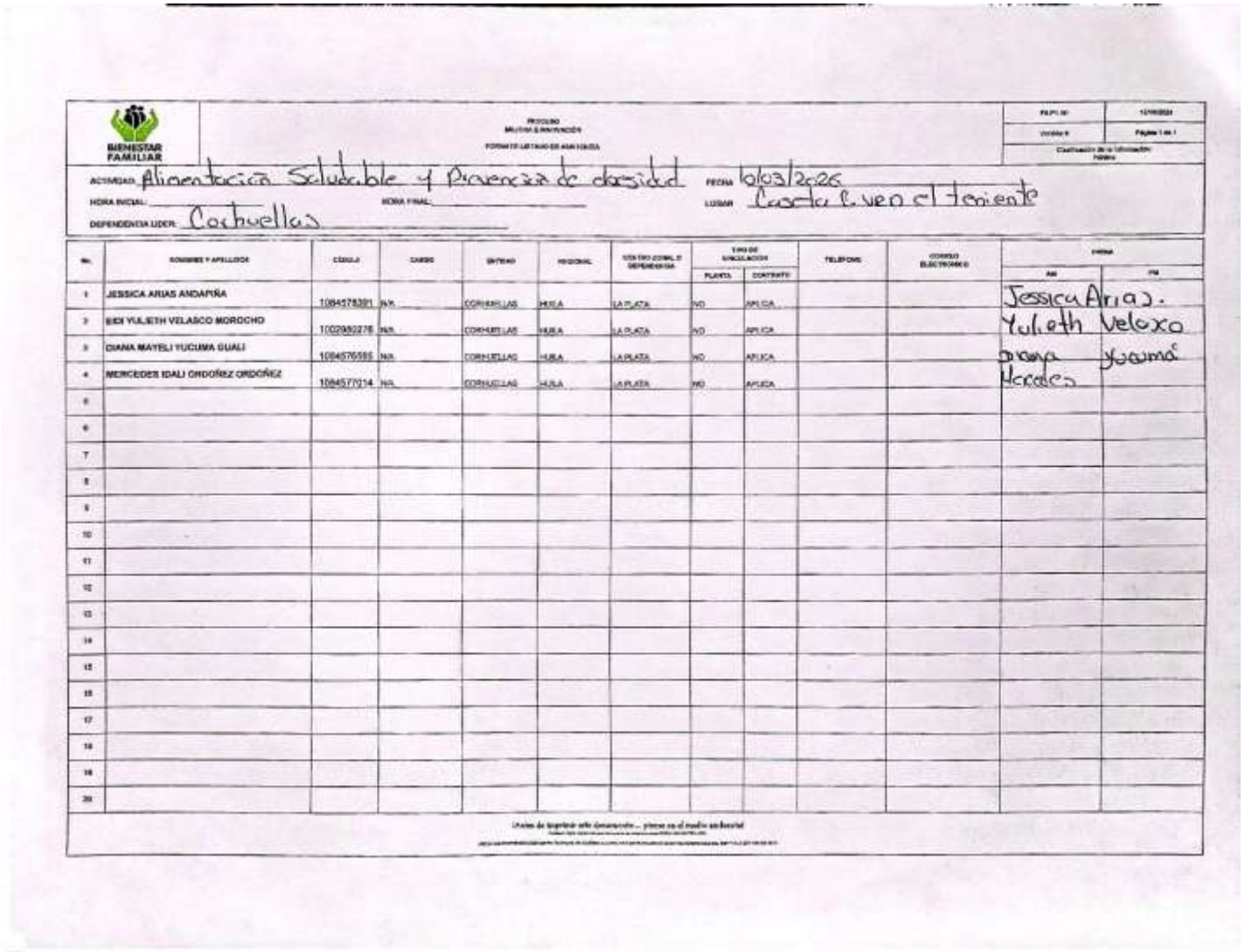
F9.P1.MI | 12/06/2024
Versión 9 | Página 1 de 1
Fecha de aprobación de la información: Firmas

ACTIVIDAD: Alimentación Saludable y prevención de obesidad
FECHA: 16/9/2025
HORA INICIAL: 9:00
HORA FINAL: 10:00
LUGAR: Casa del Niño del Teniente
DEPENDENCIA LIDER: Corinuellas

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CÉDULA	CARGO	DIRIGIDO	REGIONAL	CENTRO ZONAL O DEPENDENCIA	TIPO DE VINCULACIÓN: PLANTA	TIPO DE VINCULACIÓN: CONTRATO	TELÉFONO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA: SE	FIRMA: PE
1	YORMARY SANCHEZ CEBALLOS	1007530446	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Yormary Sanchez	
2	NORA ELCINA IPILA CRUZ	1084576367	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Nora Elcina Ipila	
3	PAOLA MIZETH ARIAS ANDAPIÑA	1004473731	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Paola Arias	
4	MARIA ELVIA YACUECHIME CANDI	25578747	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Maria Yacuechime	
5	ROSALBA ARIAS VALENCIA	1004473095	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Rosalba Ar	
6	DIANA PAOLA ANAYA MARINES	1086549720	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Diana P Anaya M	
7	SONIA MARILCY ARIAS ARIAS	1004473671	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Sonia Marilcy Arias	
8	LEIDY FAUXURY CHAGA GALINDO	1084579889	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Leidy chaga	
9	KAROL ANDREA GUALY	1075669017	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Karol Gualy	
10	YORMARY SANCHEZ CEBALLO	1007530446	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Yormary Sanchez	
11	LUZ FANNY IPILA CRUZ	55197747	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Luz Fanny	
12	MAGNOLIA BON OTECA	1084576211	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Magnolia	
13	MABEL NATALIA VELASCO	1004473053	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Mabel Natalia	
14	MAIDY CUETOCHAMBO PARDO	1052088771	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Maidy cuetoc	
15	LOREN CRISTINA COLLO CASTRO	1004473505	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Loren Cristina	
16	YULIKA ALEJANDRA JURATGUEROKE URIBE	1193082662	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Yulika Alejandra	
17	KAREN NATALIA CONDE TRUJILLO	1084576054	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Karen Trujillo	
18	FANNY ROBARY CHAVEZ CUETOCHAMBO	1052090936	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Fanny Chavez	
19	KAREN DAYANA ANDRADE IPILA	1084576299	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Karen A	
20	ANDREA ALVAREZ VALENCIA	1113892324	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Andrea Alvarez	

¡Antes de imprimir este documento… piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.



BIENESTAR FAMILIAR

PROCESO
MEJORA E INNOVACIÓN

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA

F9.P1.MI | 12/05/2024
Versión 9 | Página 1 de 1
Clasificación de la información: Pública

ACTIVIDAD: Alimentación Saludable y Prevención de obesidad FECHA: 16/03/2026
HORA INICIAL: HORA FINAL: LUGAR: Casa Cultural el Teniente
DEPENDENCIA LIDER: Cochuelas

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CÉDULA	CARGO	ENTIDAD	REGIONAL	CENTRO ZONAL O DEPENDENCIA	TIPO DE VINCULACIÓN: PLANTA	TIPO DE VINCULACIÓN: CONTRATO	TELÉFONO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA: AM	FIRMA: PM
1	JESSICA ARIAS ANDAPIÑA	1084578391	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Jessica Arias.	
2	EIDI YULIETH VELASCO MOROCHO	1002980278	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Yulieth Velasco	
3	DIANA MAYELI YUCUMA GUALI	1084576585	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Diana Yucumá	
4	MERCEDES IDALI ORDOÑEZ ORDOÑEZ	1084577014	N/A	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	NO	APLICA			Mercedes	
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												

¡Antes de imprimir este documento… piense en el medio ambiente!

Escaneado con CamScanner

CLASIFICADA