ACTA N° 011

FECHA: Bogotá, enero, 17 de 2024.

HORA: 10:30 a.m. -12:00 p.m.

LUGAR: Comunidad de cuidado gratitud

TEMA: Reducción del consumo de alimentos ultraprocesados.

ASISTENTES:

Personas mayores de la comunidad de cuidado

Talento humano de la comunidad de cuidado

ORDEN DEL DÍA:

1. Convocatoria a la reunión
2. Aplicación al pretest
3. Socialización del tema a tratar
4. Reflexión
5. Actividad lúdica.
6. Cierre.

OBJETIVO:

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

METODOLOGÍA:

Se convoca a los participantes al espacio común del primer piso de la comunidad de cuidado gratitud, donde en un primer momento se realiza la introducción al tema y el pretest, posteriormente se realiza la explicación del tema a tratar, a continuación, se brinda un espacio de reflexión para los participantes y finalmente se lleva a cabo la actividad lúdica para reforzar conocimientos.

INTRODUCCIÓN:

Los productos ultraprocesados suelen contener pocos o ningún alimento entero. Son formulaciones industriales principalmente a base de sustancias extraídas o derivadas de alimentos, además de aditivos. Se incluyen entre ellos las bebidas gaseosas y otros jugos y bebidas azucaradas, los snacks dulces y salados, los caramelos (dulces), los panes industriales, las tortas y galletas (bizcochos), los cereales endulzados para el desayuno, los productos cárnicos reconstituidos y los platos previamente preparados. Además de azúcares, aceites, grasas y sal, los productos ultraprocesados incluyen sustancias también derivadas de alimentos, pero no usadas en la comida casera, como los aceites hidrogenados, los almidones modificados o los aislados de proteína, y aditivos como los potenciadores del color, el sabor y el aroma. Los aditivos se emplean para imitar y aumentar las cualidades sensoriales de los alimentos naturales o para ocultar las cualidades no atractivas del producto final. (Organización Panamericana de la Salud. , 2019)

Esta propuesta de clasificación de los alimentos toma en cuenta las implicaciones para la promoción de la salud y el bienestar de la población y reconoce los factores sociales, políticos y económicos que influyen en los sistemas alimentarios, el cambio de la comprensión pública de lo que es la alimentación saludable, factor clave en el aumento mundial de la obesidad y las Enfermedades Crónicas no Transmisibles - ECNT (diabetes, enfermedades cardiovasculares, cáncer, entre otras). Esta clasificación considera los sofisticados métodos de la ciencia y la tecnología de alimentos, los sistemas alimentarios globalizados, poco regulados, que no se basan en alimentos sino en productos listos para consumir, y la correspondiente penetración en los mercados de sistemas alimentarios establecidos por las gigantes transnacionales, fabricantes de productos comestibles industrializados. La nueva clasificación incluye:

Grupo 1: alimentos naturales y mínimamente procesados
Grupo 2: ingredientes culinarios
Grupo 3: productos comestibles listos para el consumo: procesados y altamente procesados (ultraprocesados).

Implicaciones de los productos ultra-procesados, varias características nutricionales, metabólicas, sociales, económicas y ambientales de los productos ultraprocesados afectan la salud. A continuación las principales razones:

1. Son nutricionalmente desequilibrados. En general altos en grasas saturadas y/o “trans”, azúcar, sal y escasos en fibra dietética y otros compuestos bioactivos. Además la seguridad de varios aditivos utilizados en su formulación es desconocida o controversial.

2. Son de alta densidad energética, debido a las características calóricas de sus ingredientes principales y a la falta de fibra y agua en su composición.

3. Puedan crear hábitos de consumo y adicción. Sus ingredientes y formulación son susceptibles de trastornar los procesos endógenos del sistema digestivo y del cerebro que controlan la saciedad y el apetito.

4. Son fáciles de consumir por lo que pueden fácilmente desplazar comidas y platos preparados a partir de alimentos que son nutritivos.

5. Muchos productos ultraprocesados se promueven y se ofrecen por mecanismos que son engañosos, pretendiendo imitar a los alimentos naturales o platos tradicionales, usando aditivos que reproducen aromas, sabores y colores. Por otra parte, a menudo estos productos se publicitan con imágenes y mensajes en la etiqueta o publicidad, para atraer consumidores.

6. Muchos productos ultraprocesados crean una falsa impresión de ser saludables, mediante la adición de vitaminas sintéticas, minerales y otros compuestos, lo que permite a los fabricantes hacer 'alegaciones de salud', que son falsas.

> La mayoría de estos productos son altamente rentables porque son producidos por empresas transnacionales y otras grandes corporaciones que operan economías de escala, comprando o manufacturando a precios muy bajos los ingredientes de su composición. Las apreciables ganancias obtenidas son parcialmente invertidas en propaganda y mercadeo con el objetivo de tornar estos productos más atractivos y hasta glamorosos, especialmente para los consumidores vulnerables, como los niños y los jóvenes. (Organización Panamericana de la Salud, s.f.)

DESARROLLO:

1. Se realiza convocatoria a la reunión, previamente anunciada en el cronograma de actividades.

2. Se realiza la aplicación del pretest obteniéndose los siguientes resultados:

   - Los productos ultra procesados pueden ser nocivos para la salud.

     Verdadero: 12 personas mayores
     Falso: 0 personas mayores
     No responde: 5 personas mayores

- Se puede identificar los productos ultra procesados debido a que estos se encuentran fácilmente en el mercado listos para el consumo humano.

  Verdadero: 5 personas mayores
  Falso: 7 personas mayores
  No responde: 5 personas mayores

- Los productos ultra procesados suelen tener bajas cantidades de azúcar y sodio.

  Verdadero: 0 personas mayores
  Falso: 12 personas mayores
  No responde: 5 personas mayores

3. Se realiza la socialización del tema de la sesión, dando a conocer la definición de los alimentos ultraprocesados, de igual manera se realiza explicación de la clasificación de los alimentos de acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud. Se especifican algunos de los ingredientes más comunes encontrados en este tipo de alimentos o productos, posteriormente se realiza la proyección de un video- documental el cual aborda las problemáticas en la salud de la gran cantidad de alimentos listos para el consumo humano se encuentran en el mercado y la reacción de la industria ante estos daños a la salud de las personas.

4. Se da lugar a un espacio reflexivo para que las personas mayores puedan compartir sus opiniones y pensamientos acerca de la problemática tratada, experiencias personales a la hora de comprar alimentos en supermercados cuando salen de la unidad operativa y los daños que puede causar el consumo de estos productos a su patología de base.

5. Se realiza aplicación del postest.

   - Los productos ultra procesados pueden ser nocivos para la salud.

     Verdadero: 12 personas mayores
     Falso: 0 personas mayores
     No responde: 5

- Se puede identificar los productos ultra procesados debido a que estos se encuentran fácilmente en el mercado listos para el consumo humano.

  Verdadero: 12 personas mayores
  Falso: 0 personas mayores
  No responde: 5

- Los productos ultra procesados suelen tener bajas cantidades de azúcar y sodio.

  Verdadero: 0 personas mayores
  Falso: 12 personas mayores
  No responde: 5

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
Encuentro IEC	Nutricionista, fisioterapeuta	Febrero de 2024

CONVOCATORIA. Se propone una nueva reunión para febrero de 2024

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Disneyla Díaz	Coordinadora	Comunidad de cuidado gratitud	
Juliana Castro	Nutricionista	Comunidad de cuidado gratitud	

Anexos: Planilla de asistencia.

Elaboró: Juliana Castro

Powered by CamScanner

Registro fotográfico







ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA CAPACITACIÓN

Código: FOR-PSS-296
Versión: 0
Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
Página: 1 de 1

FECHA : 17 / 01 / 2024	POBLACION OBJETO: Persona mayor y talento humano	SERVICIO SOCIAL: Comunidad de cuidado
TEMA:Reduce el consumo de productos ultraprocesados.	No. PERSONAS CAPACITADAS: 22	TOTAL HORAS: 01:30
PROFESIONAL RESPONSABLE: Juliana Castro	PROFESIÓN Y DEPENDENCIA: Nutrición - Vejez	

No	LOCALIDAD	TIPO DOCUMENTO	NÚMERO DOCUMENTO	NOMBRE 1	NOMBRE 2	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	EDAD	SEXO F	SEXO M	FIRMA
1	Suba	Cédula de ciudadanía	19233525	Jorge	Enrique	Usme	González	72 Años		X	
2	Suba	Cédula de ciudadanía	17073905	Martín		Camacho	Cortés	81 Años		X	
3	Suba	Cédula de ciudadanía	19231759	Jairo		Alonso		69 Años		X	
4	Suba	Cédula de ciudadanía	4337001	Jesús	Omar	López	Jaramillo	62 Años		X	
5	Suba	Cédula de ciudadanía	35461153	Emelina		López	Alarcón	64 Años	X		
6	Suba	Cédula de ciudadanía	4125535	Roberto	Arturo	López	Cúbides	71 Años		X	
7	Suba	Cédula de ciudadanía	79251252	Julio	Enrique	Monroy	Sanabria	64 años		X	
8	Suba	Cédula de ciudadanía	51661413	Gloria	Amparo	López	García	65 Años	X		
9	Suba	Cédula de ciudadanía	41361995	Maria	de los Ángeles	Mancera	Santos	77 Años	X		No firma
10	Suba	Cédula de ciudadanía	41609488	Nelly		Ramirez	Muñoz	70 Años	X		
11	Suba	Cédula de ciudadanía	35468045	Maria	Teresa	Diaz		64 Años	X		No firma
12	Suba	Cédula de ciudadanía	41521496	Gloria	Del Carmen	Rodriguez	De Ortiz	71 Años	X		
13	Suba	Cédula de ciudadanía	41622062	Aurora		Salamanca	Mora	69 Años	X		
14	Suba	Cédula de ciudadanía	447108	Julio	Cesar	Enciso	Enciso	67 años		X	
15	Suba	Cédula de ciudadanía	19481263	Jorge		Hernandez		64 años		X	
16	Suba	Cédula de ciudadanía	17070385	Omar		López	Rodriguez	81 años		X	
17	Suba	Cédula de ciudadanía	19059524	Gustavo		Salcedo		75 años		X	
18	Suba	Cédula de ciudadanía	1016047191	Johanna		López	Rojas	31 Años	X		
19	Suba	Cédula de ciudadanía	1015434561	René	Alejandro	Pamo	Plata	31 Años		X	
20	Suba	Cédula de ciudadanía	52771453	Martha	Fernanda	Jimenez	Gonzalez	43 años	X		
21	Suba	Cédula de ciudadanía	1004374766	Cindy	Paola	Castro	Ospina	28 años	X		
22	Suba	Cédula de ciudadanía	37943876	Disneyla		Díaz	Cadena	54 Años	X		
23											
24											
25											

Tratamiento de datos personales. Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual, es un deber y un compromiso de los participantes 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

Powered by CamScanner