ACTA N 21

FECHA: Bogotá, febrero 4, de 2026
HORA: 2:30 pm - 3:00 p.m.
LUGAR: Centro Integrarte Atención Externa Grupo 3
TEMA: Socialización manual de dietas.

ASISTENTES:

- Kevin Alexander Herrera Olaya
- Talento humano Centro Integrarte Atención Externa Grupo 3

ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo y presentación del objetivo de la capacitación.
2. Refuerzo de conceptos
3. Compromisos

DESARROLLO:

1. Saludo y presentación del objetivo de la capacitación.

Se inicia la capacitación con un corto saludo donde se expone el objetivo de la capacitación el cual es:

Socializar el manual de dietas y la actualización del formato registro mensual derivación dietaría del servicio de alimentos, con el fin de suministrar las dietas a los participantes de manera correcta, de acuerdo con su patología de base, antecedentes y deglución.

2. Conceptos

Conceptos

- **Minuta patrón:** Es una guía que establece los grupos de alimentos, componentes y gramajes por grupo de alimentos, según un grupo poblacional, esta se utiliza para el diseño de los ciclos de menús.
- **Ciclo de menús:** Es un conjunto de menús diarios los cuales se repiten de una forma periódica y a su vez facilitan la planeación de todo el proceso del servicio de alimentación. El ciclo de menús de la unidad de servicio tiene 4 semanas, las cuales tienen 20 ciclos, que se componen de 3 tiempos de comida.
- **Análisis químico:** estudio de los alimentos y de las sustancias que los integran (macro y micronutrientes). también podemos encontrar el peso bruto, peso neto de los alimentos para

cada preparación.

- **Dieta:** Es la cantidad de alimento que se le proporciona a un organismo en un periodo de 24 horas, sin importar si cubre o no sus necesidades de mantenimiento, en resumen, es el conjunto de nutrientes que se absorben luego del consumo habitual de alimentos.

- **Calorías:** las calorías son la energía que se encuentra en los alimentos. El cuerpo tiene una demanda constante de energía y utiliza las calorías de los alimentos para seguir funcionando.

Clasificación de dietas según sus calorías

- **Normo calórica:** es aquella dieta que busca brindar a través de los alimentos las calorías y los macro y micronutrientes necesarios para el mantenimiento de un peso adecuado.

- **Hipocalórica:** Una dieta hipocalórica es aquella que aporta menos calorías que las requeridas. Son dietas en donde se restringe hasta un 20 % del valor calórico total y se prescribe con el fin de generar un balance negativo (ingesta Vs gasto energético), esta restricción de calorías va a depender del estado nutricional de la persona a quien se ordena.

- **Hipercalórica:** Es una dieta que admite alimentos de todos los grupos, la cual permitirá mejorar, recuperar o mantener el estado de una persona que curse con hipermetabolismo o desnutrición moderada. El aporte calórico deberá aumentarse aproximadamente un 20 % del valor total recomendado, teniendo una distribución de macronutrientes de grasas 28 % y carbohidrato de 60% y de proteína máximo 12%.

- **Hipercalórica- hiperproteica:** Es una dieta que admite alimentos de todos los grupos, la cual permitirá mejorar, recuperar o mantener el estado de una persona que curse con hipermetabolismo o desnutrición severos. El aporte calórico deberá aumentarse aproximadamente un 20 % del valor total recomendado, teniendo una distribución de macronutrientes de grasas 30 % y carbohidrato de 55% y de proteína máximo 15%.

Clasificación de dietas según modificación en su consistencia

- **Dieta Blanda:** Es una dieta que incluye preparaciones que facilitan el proceso de masticación y deglución.

- **Dieta semiblanda:** Es una dieta modificada en consistencia que permite preparaciones que no requieran esfuerzo en la masticación (tipo pure)

- **Dieta Líquida completa:** Es una dieta que busca satisfacer los requerimientos de nutrientes del paciente, ofreciendo alimentos en estado líquido y a temperatura adecuada, es nutricionalmente adecuada.

- **Dieta Líquida clara:** Es una dieta nutricionalmente inadecuada por su bajo aporte calórico (30% del Valor calórico total establecido), por lo tanto, se indica por períodos cortos (veinticuatro a cuarenta y ocho horas), estimula muy poco el tracto gastrointestinal, resulta de fácil digestión, no contiene fibra, condimentos, leche o derivados. Por lo general se fracciona en cinco a siete porciones por día a tolerancia

Clasificación de dietas especiales

- **Dieta Hipoglucida (HGL):** Dieta terapéutica derivada de la normal fraccionada en 6 tiempos de comida, con distribución proporcional y adecuada de carbohidratos complejos y con restricción en el aporte de carbohidratos simples. Restringido el consumo de azúcar, panela, miel, productos de panadería azucarados o pastelería, dulces, postres, arequipe, bocadillo.

- **Dieta Hiposódica:** Es una dieta que cuenta con el mismo aporte de macronutriente que una alimentación normal pero que requiere modificación en la cantidad de sodio proporcionada dentro de la composición química de los alimentos.

    - Suministre alimentación con bajo contenido de sal de 4 a 6 gr/ día (cuando aporta sodio).

- **Dieta libre de lactosa:** Es una dieta para individuos que no pueden digerir lactosa (azúcar de la leche), debido a la falta de la enzima intestinal lactasa. No leche ni derivados (queso y yogurt según tolerancia).

- **Dietas no irritantes gástricos**: Es una dieta de fácil digestión cuya función principal es mantener el estómago en un estado de semi reposo funcional, por lo cual se recomienda hacer comidas pequeñas, pero frecuentes, a base de alimentos blandos. Se debe evitar alimentos irritantes de la mucosa gástrica (alimentos grasos, fritos y estimulantes como el café, té, bebidas colas), privilegiando otros alimentos beneficiosos para el sistema gastrointestinal. Neutralizar la secreción gástrica y conservar la resistencia del epitelio gastrointestinal a los ácidos para disminuir los síntomas gástricos por medio de la restricción en el consumo de alimentos que aumenten la secreción excesiva de ácido clorhídrico o sean irritantes de la mucosa (limón, naranja, maracuyá, mora, salsas, fritos).

- **Dieta alta en fibra:** Alimentación terapéutica que cubre el aporte de macronutrientes de la dieta normal pero que brinda un aporte adicional de fibra que permite mejorar el tránsito intestinal. A menudo, la fibra alimentaria se clasifica según su solubilidad, en fibra soluble o insoluble. Ambos tipos de fibra se encuentran en distintas proporciones en los alimentos que contienen fibra. La avena, la cebada, las frutas, las verduras y las legumbres son buenas fuentes de fibra soluble. Los cereales y el pan integrales son fuentes ricas en fibra insoluble.

- **Dieta Hipograsa:** Una dieta Hipograsa es aquella en la que el aporte de lípidos esta reducido ya sea por problemas metabólicos o clínicos. En la distribución porcentual el aporte calórico proveniente de las grasas debe ser del 20 % sobre el valor calórico total.

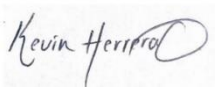
Al final de la capacitación se dio un espacio para preguntas, dudas e inquietudes.

3. Compromisos

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
Cumplimiento de las dietas establecidas para cada participante, desde el servicio de alimentos, servido y distribución de estas	Colaboradores Centro Integrarte Atención Externa Grupo 3	Durante la vigencia del convenio

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de Vinculación	Dependencia	Firma
Kevin Alexander Herrera Olaya	Nutricionista	Centro Integrarte Atención Externa Grupo 3	

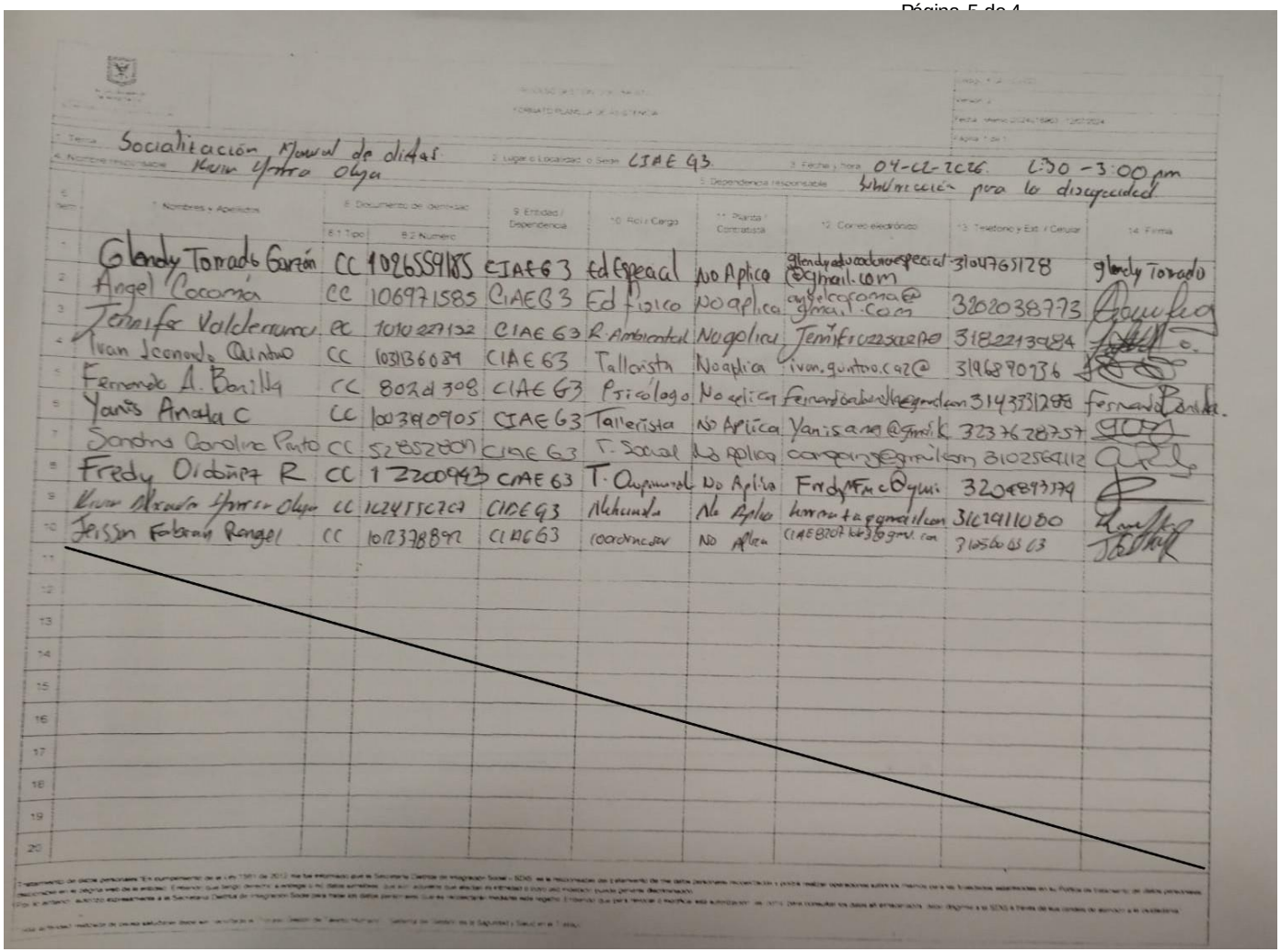
Anexos: Formato planilla de asistencia talento humano Centro Integrarte Atención Externa Grupo 3.

Evidencia fotográfica:





Elaboró: Kevin Alexander Herrera Olaya - Nutricionista



FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

1. Tema: Socialización Manual de dietas
2. Lugar o Localidad o Sede: CIAE 63
3. Fecha y hora: 04-12-2026 1:30 - 3:00 pm
4. Nombre Inducción/Capacitación: Kevin y otra Olga
5. Dependencia responsable: Subdirección para la discapacidad

6. Item	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad 8.1 Tipo	8.2 Número	9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
1	Glendy Torrado Garzón	CC	1026559185	CIAE 63	ed Especial	No Aplica	glendy.educadorespecial@gmail.com	3104765128	glendy Torrado
2	Angel Cocoma	CC	1069715855	CIAE 63	Ed Física	No aplica	angelcocoma@gmail.com	3202038773	
3	Jennifer Valderrama	CC	1010227132	CIAE 63	R. Ambiental	No aplica	Jennifer223322@	3182213484	
4	Ivan Leonardo Quintero	CC	1031136039	CIAE 63	Tallerista	No aplica	ivan.quintero.caz@	3196870736	
5	Fernando A. Bonilla	CC	80281308	CIAE 63	Psicólogo	No aplica	fernandobonilla@gmail.com	3143312988	Fernando Bonilla.
6	Yanis Ariza C	CC	1003190905	CIAE 63	Tallerista	No Aplica	Yanisaria@gmail.k	3237628757	
7	Sandra Caroline Pinto	CC	52852801	CIAE 63	T. Social	No aplica	carpin@gmail.com	3102564112	
8	Fredy Oidor R	CC	1220943	CIAE 63	T. Ocupacional	No Aplica	FredyFRcOgmi	3204893779	
9	Kevin Alexander Ramirez Olaya	CC	1024151701	CIDE 63	Nutricionista	No Aplica	kevramirezo@gmail.com	3107911080	
10	Jeisson Fabrian Rangel	CC	1013788971	CIAE 63	coordinador	No Aplica	CIAE8207.ka3@gmail.com	3105605163	
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									