ÁREA DE LA SECTORIAL:	*SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL*						
LUGAR:	SECRETARIA DE SALUD DE VALLEDUPAR			**FECHA**	13 mayo 2025	**HORA DE INICIO**	9:00 a.m
					13 Mayo 2025	**HORA FINAL**	11:00 a.m
TIPO DE ACTIVIDAD:	**Comité**		**Mesa de Trabajo**		**Auditoría**		**Monitoreo/ Seguimiento**
	Reunión	X	**Asistencia técnica**		**Capacitación**		**Otra/cual:**
TEMA:	Socialización de los planes metodológicos de las actividades correspondientes a las fichas técnicas del área seguridad alimentaria y nutricional del plan de intervenciones colectivas 2025.						
OBJETIVO:	Concertar los mecanismos para la ejecución de las actividades descritas en las fichas técnicas del área seguridad alimentaria y nutricional –SAN a través del plan de intervenciones colectivas 2025.						
POBLACIÓN OBJETO:	Coordinador área SAN, auditora SAN secretaria de salud, equipo de ejecución de actividades SAN del PIC del HEAD.						

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El día 13 de mayo en las instalaciones de la oficina del coordinador del área de SAN se llevó a cabo reunión de concertación entre el equipo ejecutor del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) del área de SAN; el líder y la auditora del área de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Secretaría de Salud Municipal, con el objetivo de definir la planeación metodológica de las actividades que se ejecutarán durante la vigencia 2025.

La jornada inició con una presentación general de la planeación metodológica de las siguientes fichas:

- *Realizar la intervención de mil (1000) establecimientos donde se preparen, vendan y/o consuman bebidas y alimentos con acciones de información en salud sobre inocuidad alimentaria priorizando las zonas de: pabellón del pescado, carnes, avenida Simón Bolívar, nevada, fundadores, Mareigua, 450 años.*

Se socializó que previó al desarrollo de las actividades se realizará reuniones de concertación con los líderes comunitarios de las poblaciones que serán intervenidas con el objetivo de informar sobre las mismas y articular apoyo para llevar a cabo las mismas.

Se les dio a conocer que esta información en salud se brindará con el apoyo de un rotafolio como material educativo, el cual contendrá la siguiente información clave basada en lo establecido en la resolución 2674 de 2013 la cual establece los requisitos sanitarios que deben cumplir las personas naturales y jurídicas que se dedican a la fabricación, procesamiento, preparación, envase, almacenamiento, transporte, distribución y comercialización de alimentos y materias primas de alimentos. También establece los requisitos para la notificación, permiso o registro sanitario de los alimentos, según el riesgo en salud pública:

- Capítulo VIII: Restaurante y establecimientos gastronómicos
- Artículo 32: Condiciones generales
- Artículo 33: Condiciones específicas del área de preparación de alimentos.

para la alimentación de los niños.
C. Posteriormente mediante la presentación de diapositivas o carteleras se brindará la información sobre el tema contenida en la *Cartilla ABCD de lectura de etiquetado para familias. Apropia, Busca, Compara y Decide por opciones más saludables Ministerio de Salud y Protección Social.*

3. Desarrollo de actividad lúdica:

Nombre de la actividad:

"¡Desafío Saludable!"

Objetivo:
Reforzar los conocimientos de los participantes sobre alimentacion saludable, productos ultraprocesados y etiquetado frontal de advertencia, a través de una competencia por equipos.

Materiales:

- Pitos o campanas (puede ser una tapa, botella o sonido)
- Tarjetas con preguntas (tipo verdadero/falso, opción múltiple o de respuesta rápida)
- Pizarra o cartel para llevar puntaje
- Premios simbólicos.

Preparación:
Se dividen los participantes en 2 o 3 equipos. Se les asigna un nombre divertido a cada grupo (ej: "Los Sin Sellos", "Los NutriDetectives", "Los Etiquetados"). El cual consiste en realizar retos de preguntas de 5 rondas y el equipo que más rondas acierte será el ganador del reto.

Desarrollo del juego:

1. Ronda 1: Verdadero o Falso
   - Ejemplo: "Los sellos de advertencia solo aplican a productos frescos" → FALSO
   - El primer equipo en presionar el pito o campana responde. Si acierta, gana un punto.
2. Ronda 2: Opción Múltiple
   - Ejemplo:
     ¿Qué indica un sello que dice "Exceso en sodio"?
     a) Tiene poca sal
     b) Es bajo en sodio
     c) Tiene mucha sal (✓ respuesta correcta)
     d) No tiene sal
   - Si fallan, el turno pasa al siguiente equipo.
3. Ronda 3: Reto Rápido
   - El equipo tiene 30 segundos para mencionar 5 alimentos saludables y 3 productos que usualmente tienen sellos de advertencia.
4. Gran Final: Pregunta de reflexión
   - Cada equipo responde por turnos:
     "¿Por qué es importante leer las etiquetas antes de comprar un producto para los niños?"

- Artículo 34: equipos y utensilios
- Artículo 36: Responsabilidades
- Orientaciones para la recepción y almacenamiento de materias primas para preparación de alimentos.
- Practicas claves en la manipulación higiénica de los alimentos.
- Practica correcta para el lavado de manos.
- Saneamiento básico.
- Enfermedades transmitidas por alimentos – ETA.
. Convocatoria y concertación con la comunidad de la zona y diferentes actores.

Se establece que la ejecución de las Visitas a cada uno de los establecimientos comerciales por zona priorizada se realizará en el siguiente cronograma:

- Durante el segundo trimestre 2025 entre los meses de mayo y junio se intervendrán 300 establecimientos así:

Mayo: Intervenir 100 establecimientos en:
Comuna 3 Barrios: Mareigua, Tierra prometida, Nuevo milenio.

Junio: Intervenir 200 establecimientos en:
Comuna 2 Barrios: Villa del rosario 1, Villa rosario 2, Candelaria Sur.

- Durante el tercer trimestre entre los meses de julio, agosto y septiembre

Se intervendrán 600 establecimientos comerciales así:

Julio: Intervención de 200 establecimientos en:
Comuna 4: 450 años, Fundadores 1, Fundadores 2, Los Caciques

Agosto: Intervención de 200 establecimiento en:
Comuna 5: Nevada, Francisco Javier, Bello Horizonte.

Septiembre: Intervención de 200 establecimientos en:
Comuna 2: Avenida simón Bolívar.

- Durante el cuarto trimestre se intervendrán 100 establecimientos comerciales en:

Noviembre
Comuna 6: Pabellón del pescado y carnes

Se socializó que la metodología de las intervenciones sería la siguiente:

- Visita uno a uno a cada establecimiento comercial donde se preparen, vendan y/o consuman bebidas y alimentos.

Se inicia la actividad con un saludo y seguido la presentación del equipo responsable de liderar el área de **seguridad alimentaria y nutricional**, cuya labor resulta fundamental en la promoción de entornos propicios para el bienestar integral.
Posteriormente, se brindará una explicación detallada sobre el **Plan de Intervenciones Colectivas (PIC)**, el cual constituye un convenio administrativo formalizado entre el **Hospital Eduardo Arredondo Daza** y la **Secretaría local de Salud**, bajo la coordinación de la administración del señor alcalde de Valledupar, **Ernesto Orozco**. Este plan tiene como finalidad la ejecución de estrategias orientadas a mejorar la calidad de vida de la población a través

de acciones colectivas en salud.

- Socialización del objetivo de la intervención:

El cuál es el de brindar información en salud sobre prácticas de inocuidad alimentaria a mil (1000) establecimientos donde se preparen, vendan y/o consuman bebidas y alimentos, priorizando zonas estratégicas del municipio para garantizar la inocuidad de los alimentos destinados al consumo humano a fin de proteger la vida y la salud de las personas, con un enfoque preventivo e integral a lo largo de toda la cadena alimentaria.

- Resolución de dudas del comerciante o manipulador

Dentro de la intervención se dará un espacio para la resolución de dudas o preguntas a los participantes.

- Registro de la Intervención:

La recolección de información se realizará a través de planillas físicas, en las cuales se registrarán los datos de cada establecimiento comercial visitado, así como la información de los participantes atendidos. Este registro servirá como soporte de las intervenciones efectuadas. Cada establecimiento visitado e informado será contabilizado como una intervención, hasta alcanzar la meta de 1.000 establecimientos cubiertos como lo indica la ficha técnica de la actividad.

- Recolección de evidencias:

Durante el desarrollo de la intervención se realizará la toma de evidencias fotográficas con georreferenciación con previa autorización de los participantes.

- Difusión en redes:

En la medida en la que se realicen las intervenciones, se realizará la difusión en redes sociales y pagina web del HEAD en articulación con el equipo de prensa de la alcaldía de Valledupar y Secretaria Local de Salud el avance en el desarrollo de las mismas.

Se socializó el material educativo (rotafolio) que será utilizado en las intervenciones comunitarias, con el fin de garantizar su pertinencia, claridad y alineación con los lineamientos del PIC. Se solicitó la revisión y validación por parte del equipo técnico de la Secretaría de Salud antes de su aplicación en campo.

Una vez socializada la metodología para ejecución de la actividad, esta fue aprobada por las partes involucradas, quienes manifestaron su conformidad con la propuesta presentada y su disposición para apoyar su ejecución.

A continuación se dio paso a la socialización de la ficha técnica de la siguiente actividad:

Realizar treinta (30) intervenciones lúdicas para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores de IE y programas del ICBF, entre otras.

Se socializó a los asistentes la planeación metodológica de la actividad, informando el paso a paso para su ejecución de la siguiente manera:

A. Contactar y realizar reunión, coordinar con directores de (IE y programas del ICBF) y líderes comunitarios.
B. Formalizar invitaciones, acordar fechas, horarios y lugares de las intervenciones.

1. **Cronograma de las intervenciones**

- Segundo trimestre de 2025

Junio: se realizarán 8 intervenciones

- Tercer trimestre de 2025

Julio: se realizarán 5
Agosto: se realizarán 5

- Cuarto trimestre de 2025

Octubre: se realizarán 6 intervenciones
Noviembre: se realizarán 6 intervenciones

Priorizando los siguientes micro territorios:
Comuna 2: Villa del rosario 1, Villa rosario 2, Candelaria Sur
Comuna 3: Tierra prometida, Nuevo milenio, Mareigua
Comuna 4: Fundadores 1, Fundadores 2, Los Cacique
Comuna 5: Francisco Javier, Bello Horizonte, Nevada 2
Donde se encuentren los grupos Priorizados en el municipio Valledupar

2. **Desarrollo de las intervenciones**

A. Inicio – Ambientación:

Se dará inicio a cada intervención con una cálida bienvenida a todos los asistentes, seguida de la presentación del equipo responsable de liderar el área de **seguridad alimentaria y nutricional**, cuya labor resulta fundamental en la promoción de entornos propicios para el bienestar integral.
Posteriormente, se brindará una explicación detallada sobre el **Plan de Intervenciones Colectivas (PIC)**, el cual constituye un convenio administrativo formalizado entre el **Hospital Eduardo Arredondo Daza** y la **Secretaría local de Salud**, bajo la coordinación de la administración del señor alcalde de Valledupar, **Ernesto Orozco**. Este plan tiene como finalidad la ejecución de estrategias orientadas a mejorar la calidad de vida de la población a través de acciones colectivas en salud.
Acto seguido, se invitará a los participantes a adoptar una posición cómoda para dar inicio a nuestro encuentro con una oración dirigida a Dios, realizada en un marco de respeto absoluto por la diversidad de creencias y convicciones personales.
De manera anticipada, el equipo de logística habrá dispuesto cuidadosamente el espacio físico ambientado con música alegre y carteles con frases como: ***"¡Ser padre saludable es ser un héroe de la nutrición!"***

B. A continuación se socializa el objetivo general de la actividad, el cual consiste en promover en padres y cuidadores el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables

Cierre:
Entrega un premio o reconocimiento al equipo ganador y se resalta que todos ganaron conocimientos que ayudan a cuidar la salud de su familia.

4. **Evaluación de la Actividad: Entrevistas Cualitativas**

Como parte del proceso de evaluación, se realizarán entrevistas cualitativas semi-estructuradas con una muestra representativa de padres y cuidadores que participen en la actividad. Estas entrevistas permitirán recoger testimonios, percepciones, aprendizajes y cambios en el conocimiento o actitudes frente a la alimentación saludable y el etiquetado frontal de advertencia.

Cada entrevista será grabada en formato de audio o video, previa autorización verbal o escrita del participante, y servirá como medio de verificación del impacto de la intervención. El contenido será analizado para identificar fortalezas, oportunidades de mejora y experiencias significativas que puedan retroalimentar futuras acciones educativas.

- Registro de la intervención:

Mediante el uso de planillas físicas, se registrará la información de cada institución visitada y los datos de sus participantes.

- Recolección de evidencias:

Durante el desarrollo de la intervención se realizará la toma de evidencias fotográficas con georreferenciación con previa autorización de los participantes.

- Difusión en redes:

En la medida en la que se realicen las intervenciones, se realizará la difusión en redes sociales y pagina web del HEAD en articulación con el equipo de prensa de la alcaldía de Valledupar y secretaria Local de Salud el avance en el desarrollo de las mismas.

Tras la socialización, la actividad fue aprobada y se acordó su realización conforme a lo planteado.

El líder del área de seguridad alimentaria manifestó su compromiso institucional con el desarrollo de las acciones, resaltando la importancia de la articulación interinstitucional para lograr mayor impacto en las comunidades. Se acordó además mantener canales de comunicación abiertos para el acompañamiento técnico, así como programar reuniones periódicas de seguimiento para verificar la ejecución de las mismas.

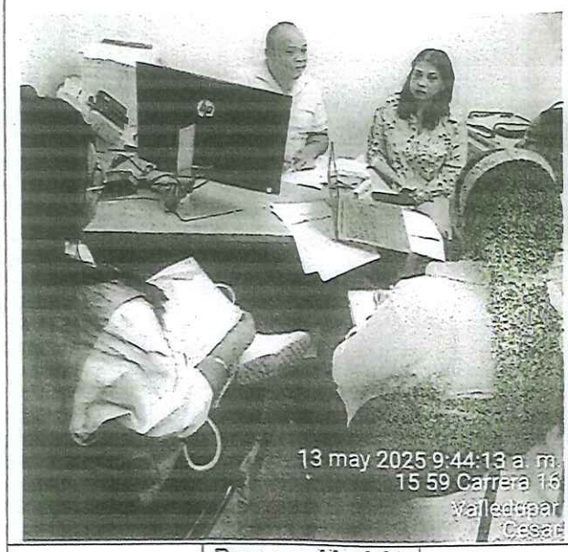
Por parte la auditora del área de SAN realizó observaciones pertinentes frente al desarrollo de las actividades propuestas; destacando la importancia de cumplir con los lineamientos técnicos y normativos establecidos en el Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), así como de garantizar el registro adecuado de las evidencias y el alcance de las metas. Asimismo, reiteró la necesidad de fortalecer la articulación interinstitucional y el seguimiento oportuno de las acciones en territorio para asegurar su impacto en la población beneficiaria.

Finalmente, se establecieron compromisos conjuntos para consolidar el cronograma de actividades, validar los instrumentos metodológicos y asegurar la adecuada implementación de las estrategias enmarcadas en el PIC 2025.

COMPROMISOS			
No.	**Tarea/actividad**	**Responsable**	**Fecha de compromiso**
1.	Consolidar y compartir el cronograma preliminar de actividades con la Secretaría de Salud. Implementar los instrumentos de verificación (planillas, formatos de asistencia, actas o informes) diseñados por la secretaria de salud.	Equipo PIC- HEAD	16 Mayo 2025
2.	Acompañar las intervenciones como parte del proceso de seguimiento y aseguramiento de la calidad. Presentar observaciones o recomendaciones de mejora, si se identifican desviaciones en el proceso. Realizar seguimiento al cumplimiento de los lineamientos técnicos del PIC. Verificar el registro y soporte adecuado de cada intervención.	Secretaria de salud de Valledupar	Durante la ejecución de las actividades
3.	Mantener comunicación permanente para resolver dudas, coordinar ajustes y garantizar el cumplimiento de los objetivos establecidos	Ambas partes	Durante la ejecución de las actividades

REGISTROS FOTOGRÁFICOS

Reunión de concertación de las actividades del área seguridad alimentaria y nutricional del PIC- HEAD 2025





	Responsable del diligenciamiento:	Olga Yesenia Díaz Celedon	Olga Yesenia Diaz Celedon.		
	Cargo /cedula	Nutricionista Dietista/1050918750			
VALIDADORES DEL ACTA	**NOMBRE**	**CARGO/ENTIDAD**	**Número de Cédula**	**Firma**	
	Isabel Calderon Luquez	Bacteriologa. PIC.	49.787.994		
		S. I. J	1321044		
		Coord. PIC-2025	49697200		
ANEXOS:	Planeación metodológica de las actividades				

Powered by CamScanner

SECRETARIA LOCAL DE SALUD		
SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL		
PLANEACION METODOLOGICA DEL DESARROLLO DE INTERVENCIONES LÚDICAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN NIÑOS		
NOMBRE DE LA ESTRATEGIA *"Salud al cole - Valledupar te cuida"*		
Objetivo		Promover en padres y cuidadores el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables para la alimentación de los niños.
Indicadores	**Resultado Asociado**	Disminuir a 9,0 la tasa de incidencia de Enfermedades transmitidas por alimentos (ETAS).
	Producto Asociado	Realizar cuatro (4) estrategias para el abordaje y prevención de la inocuidad alimentaria y salud nutricional en el marco de la atención primaria en salud.
Nombre de la Actividad		Realizar treinta (30) intervenciones lúdicas para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores de IE y programas del ICBF, entre otras.
Descripción de la actividad		1. Actividades previas al desarrollo de las intervenciones lúdicas: A. Concertación con el líder de la secretaria local de salud. B. Contactar y realizar reunión, coordinar con directores de (IE y programas del ICBF) y líderes comunitarios. C. Formalizar invitaciones, acordar fechas, horarios y lugares de las intervenciones. 2. Cronograma de las intervenciones - Segundo trimestre de 2025 Junio: se realizarán 8 intervenciones - Tercer trimestre de 2025 Julio: se realizarán 5 Agosto: se realizarán 5 - Cuarto trimestre de 2025 Octubre: se realizarán 6 intervenciones Noviembre: se realizarán 6 intervenciones Priorizando los siguientes microterritorios: Comuna 2: Villa del rosario 1, Villa rosario 2, Candelaria Sur Comuna 3: Tierra prometida, Nuevo milenio, Mareigua Comuna 4: Fundadores 1, Fundadores 2, Los Cacique Comuna 5: Francisco Javier, Bello Horizonte, Nevada 2 Donde se encuentren los grupos Priorizados en el municipio Valledupar 3. Desarrollo de las intervenciones A. Inicio – Ambientación: Se dará inicio a cada intervención con una cálida bienvenida a todos los asistentes, seguida de la presentación del equipo responsable de liderar el área de **seguridad alimentaria y nutricional**, cuya labor resulta fundamental en la promoción de entornos propicios para el bienestar integral. Posteriormente, se brindará una explicación detallada sobre el **Plan de**

Intervenciones Colectivas (PIC), el cual constituye un convenio administrativo formalizado entre el **Hospital Eduardo Arredondo Daza** y la **Secretaría local de Salud**, bajo la coordinación de la administración del señor alcalde de Valledupar, **Ernesto Orozco**. Este plan tiene como finalidad la ejecución de estrategias orientadas a mejorar la calidad de vida de la población a través de acciones colectivas en salud.
Acto seguido, se invitará a los participantes a adoptar una posición cómoda para dar inicio a nuestro encuentro con una oración dirigida a Dios, realizada en un marco de respeto absoluto por la diversidad de creencias y convicciones personales.
De manera anticipada, el equipo de logística habrá dispuesto cuidadosamente el espacio físico ambientado con música alegre y carteles con frases como: ***"¡Ser padre saludable es ser un heroe de la nutrición!"***

B. A continuación se socializa el objetivo general de la actividad, el cual consiste en promover en padres y cuidadores el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables para la alimentación de los niños.

C. Posteriormente se brinda la siguiente información sobre el tema mediante la presentación de diapositivas o carteleras:

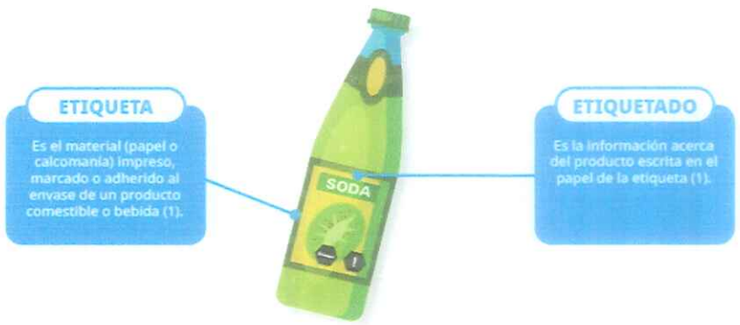
"No es lo mismo comer que alimentarse"

Al comer, calmas el hambre sin tener en cuenta si lo que ingieres es bueno o perjudicial para tu salud. En cambio, al alimentarte, le das a tu organismo los nutrientes necesarios para crecer, tener energía para las labores diarias, mantenerte sano(a) y prevenir enfermedades.



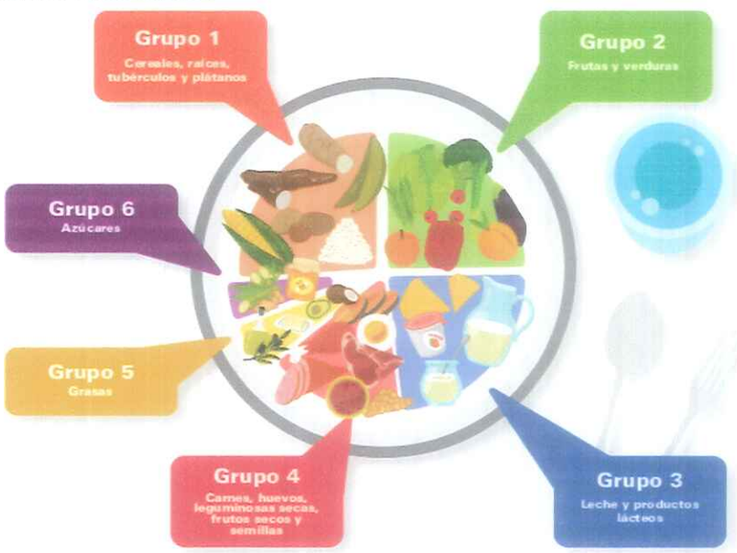
¿Qué quiere decir productos "ultra procesados"?

Son productos comestibles que están fabricados con ingredientes artificiales y químicos, que contienen poco o ningún alimento natural. Por lo general, vienen empacados, envasados o enlatados, y suelen tener exceso de azúcares, sodio, grasas o edulcorantes. El consumo frecuente y en altas cantidades de estos productos afecta la salud



¿Cuál es la diferencia entre etiqueta y etiquetado? Los productos ultraprocesados deben cumplir con los requisitos de etiquetado, donde los fabricantes informan las características generales, el contenido nutricional, así como el exceso de azúcares, sodio, grasas y la presencia de edulcorantes, entre otros aspectos.

"Para crecer y mantenerte fuerte y saludable, consume alimentos naturales, frescos y variados, tal como lo indica el plato saludable de la familia colombiana"



Los alimentos sin procesar (frescos y naturales) como verduras legumbres, granos, frutas, nueces, raíces, tubérculos, carne, pescado, leche, huevos y platos preparados con esos alimentos, se recomiendan para el consumo diario como parte de una alimentación sana y variada. Estos alimentos favorecen la salud y previenen la aparición de enfermedades.p



El etiquetado general te informa sobre el nombre, las características generales, el contenido, así como las instrucciones sobre cómo conservar, manipular, preparar y consumir un producto.



comida rápida los emplean en sus freidoras porque no necesitan cambiarlos tan frecuentemente como otros aceites.

Otros nombres para las grasas trans:
Se encuentran en la lista de ingredientes como aceites parcialmente hidrogenados.

¿Cómo saber cuándo un producto tiene "Exceso de grasas trans"?
El sello "**Exceso en grasas trans**" indica que en el producto:
De cada **100 calorías que tiene un alimento, 1** o más vienen de las grasas trans.

Ten en cuenta.....
Las **grasas saturadas y grasas trans** de origen industrial pueden sustituirse por grasas y aceites más saludables, como aguacate, pescado, frutos secos o semillas (maní, almendras, nueces, semillas de girasol, chía, ajonjolí); aceites de maíz, soya, girasol, canola y oliva; atún, sardinas y salmón.
Importante: al elegir un aceite vegetal evita las mezclas de aceites, prefiere aquellos que son puros de una sola semilla.



¿Qué son los edulcorantes?
Son sustancias que le dan o aumentan el sabor dulce a las comidas, en reemplazo de los azúcares o sumados a ellos.
¿Por qué son nutrientes críticos?
Los edulcorantes utilizados por la industria de los alimentos son de origen artificial. No tienen ningún valor nutricional y son de 200 a 700 veces más dulces que el azúcar, por lo cual se emplean en pequeñas cantidades.
Aún se desconocen los efectos que el consumo de productos con el sello "Contiene edulcorantes" pueda traer sobre la salud a largo plazo. Sin embargo, se ha encontrado una relación entre la reacción del organismo al "sabor dulce" y la posibilidad de que desencadene los mismos efectos que provoca el consumo de azúcar natural, favoreciendo la preferencia y necesidad de consumir cosas dulces.

No se recomienda el consumo de edulcorantes en niñas, niños y adolescentes**, ya que predispone a un mayor consumo de productos y bebidas azucaradas. Además, puede provocar alergias y asma.** Tampoco se aconseja su uso en mujeres durante el embarazo**, ya que aumenta el riesgo de parto prematuro y posibles alteraciones en el desarrollo del recién nacido.**

¿Qué tipo de productos suelen contener edulcorantes?
Productos etiquetados como **"light", "fit", "diet"** o **"sin azúcar"** suelen contener edulcorantes.

¿Para qué los usa la industria?
Los edulcorantes artificiales endulzan mucho más que el azúcar, por lo que se utilizan en cantidades tan pequeñas que no aportan calorías. Por esta razón, se usan en muchos productos **"light"** o **"sin azúcar"**.

Otros nombres para los edulcorantes:
Aspartame, Acesulfame K, Sucralosa, Sacarina, Maltitol y Estevia.

El sello "**Contiene edulcorantes"** significa que el producto contiene **edulcorantes en cualquier cantidad.**

Mensajes claves:
Prefiere siempre **alimentos naturales y frescos**, como frutas, verduras, cereales integrales, granos, huevos, carnes, pescados, nueces, semillas y

¿Qué es el sodio?
Es un mineral importante para mantener el equilibrio de los líquidos en el cuerpo humano. El sodio es un componente de la sal.



¿Por qué es un nutriente crítico?
Aunque tu cuerpo necesita una pequeña cantidad de sodio para funcionar adecuadamente, su consumo excesivo "arrastra" agua hacia el torrente sanguíneo y aumenta el volumen de sangre, lo que causa la elevación de la presión arterial, también llamada hipertensión arterial.

A su vez, la hipertensión arterial aumenta el riesgo de ataques cardíacos, derrames cerebrales y de enfermedades renales. El exceso de sodio también puede causar cáncer de estómago.

¿Qué productos tienen la etiqueta "Exceso en sodio"?
Los productos de paquete (papas fritas, galletas, snacks); embutidos (salchichas, salchichón, jamón, mortadela, hamburguesas); enlatados, quesos, productos de panadería empacada, pizza, galletas, tortas, cereales, salsas, sopas de sobre y productos promocionados como light o reducidos en calorías.

¿Para qué lo usa la industria alimentaria?
Se utiliza para curar[3] carne, hornear, espesar, conservar la humedad, resaltar el sabor de otros ingredientes y conservar los alimentos.

Otros nombres para el sodio:
En la lista de ingredientes puede aparecer como: glutamato monosódico, bicarbonato de sodio, nitrito de sodio, o benzoato de sodio.

¿Cómo saber cuándo un producto tiene "Exceso en sodio"?
El sello "**Exceso en sodio**" advierte que el producto contiene:
Más de 1 mg de sodio por cada caloría.
- Igual o mayor a 300 mg de sodio por cada 100 g de producto.
- Igual o mayor a 40 mg por cada 100 ml de bebidas no alcohólicas sin calorías.

¿Qué son los azúcares añadidos?
Son aquellos que **no** existen naturalmente en un alimento o bebida, pero se añaden durante su procesamiento. Estos agregan calorías al producto, pero aportan poco valor nutricional.



¿Por qué son nutrientes críticos?

Porque aportan calorías sin otros nutrientes, llamadas "calorías vacías". Es decir, no te alimentan, solo te aumentan de peso e incrementan el riesgo de enfermedades del corazón, diabetes y cáncer de la vesícula biliar. También producen caries dentales.

¿Qué productos contienen "Exceso en azúcares"?
Las gaseosas, refrescos, jugos ultra procesados, té, aguas y leches saborizadas, bebidas deportivas y/o energizantes, golosinas, bombones, cereales, panes ultra procesados, galletas, pasteles, donas, helados, chocolatinas, y salsas ultra procesadas.

¿Para qué los usa la industria?
Añadir azúcares aporta un sabor dulce que hace a los productos sean más apetitosos. Además, da textura y color a los productos horneados, alarga su conservación y, por lo tanto, su fecha de vencimiento.

Nombres para los azúcares que se añaden a los ultraprocesados:

Para identificarlos, busca aquellos que terminan en "osa", como sacarosa, dextrosa, maltosa, fructosa, también se les conoce por otros nombres como jugo de caña, jarabe de caña, jarabe de maíz, jarabe de maíz de alta fructosa, jarabe de arce y melaza. Recuerda que el exceso de azúcar puede aparecer incluso en productos que no tienen un sabor dulce.

¿Cómo saber cuándo un producto tiene "Exceso en azúcares"?
El sello "Exceso en azúcares" indica que en el producto:
De cada **100 calorías** que tiene un alimento, **10 o más provienen de los azúcares añadidos.**

¿Qué son las "Grasas saturadas"?
Son las grasas de los alimentos que se endurecen a temperatura ambiente y son dañinas para la salud. La mayoría provienen de productos de origen animal, aunque también se encuentran en algunos productos de origen vegetal, como el aceite de palma, coco y las margarinas.



¿Por qué son nutrientes críticos?
Porque se acumulan en el cuerpo y taponan los vasos sanguíneos, impidiendo la llegada de sangre y oxígeno a órganos importantes. Además, aumentan el riesgo de sobrepeso, obesidad, infartos y derrames cerebrales, incluso en personas cada vez mas jovenes.

¿Qué productos contienen "Exceso en grasas saturadas"?
Se encuentran en grandes cantidades en productos de paquete, como papas fritas, galletas, snacks, pastelería, helados, cremas y salsas; embutidos (salchichas, salchichón, jamón, mortadela y hamburguesas), comida rápida y fritos.

¿Para qué los usa la industria?
Porque contribuyen a que los productos se conserven más tiempo sin dañarse en las estanterías de los supermercados. Además, ayudan a mejorar el sabor.

Nombres para las grasas saturadas:
Algunos de los principales son: aceite de coco, aceite de palma, manteca de cerdo y ácido palmítico. Recuerda que la mantequilla y la crema de leche también son altos en grasas saturadas.

¿Cómo saber si un producto tiene "Exceso en grasas saturadas"?
El sello "**Exceso en grasas saturadas**" indica que en el producto:
De cada **100 calorías** que tiene un alimento, **10 o más provienen de las grasas saturadas.**

¿Por qué son nutrientes críticos?
El consumo de productos con el sello "**Exceso en grasas trans**" aumenta el riesgo de infartos del corazón y derrames cerebrales.



¿Qué productos contienen "Exceso en grasas trans"?
Se encuentran en la comida rápida, especialmente en los fritos, así como en productos de paquete, donas, margarina, crema para el café sin lácteos, palomitas para microondas, pizza congelada, galletas, bizcochos y pasteles.

¿Para qué las usa la industria?
Se utilizan con frecuencia porque son más baratos y aumentan el tiempo de conservación de los productos. Algunos restaurantes o cadenas de

lácteos.
Los **alimentos naturales y frescos** contienen una amplia variedad de nutrientes, fibra, vitaminas y minerales que **favorecen la salud**.

EL ETIQUETADO NUTRICIONAL Describe el contenido y las propiedades nutricionales de un producto alimenticio, ya sea comestible o bebible.

El etiquetado nutricional se presenta como una tabla que informa sobre los siguientes componentes:

Información Nutricional			
Tamaño de porción: 1 unidad (40 g) Número de porciones por envase: Aprox. 2			2. Tamaño de la porción y número de porciones por envase
Calorías (kcal)	Por 100 g	Por porción	3. Calorías
	261	101	
Grasa total	13	5.2	4. Grasas
Grasa insaturada	3.0	2.0	
Grasa saturada	6.0	2.4	
Grasa trans	820 mg	328 mg	
Carbohidratos totales	31 g	12 g	5. Carbohidratos
Fibra dietara	0.8 g	0.3 g	6. Fibra dietaria
Azúcares totales	5.0 g	2.0 g	7. Azúcares
Azúcares añadidos	2.0 g	0.8 g	
Proteína	5.0 g	2.0 g	8. Proteína
Sodio	560 mg	240 mg	9. Sodio
Vitamina A	3.0 ER	1.2 ER	10. Vitaminas y minerales
Calcio	400 mg	160 mg	
Hierro	4.0 mg	1.6 g	
Vitamina D	5.0 g	2.0 g	
Vitamina B1	1.01 g	0.41 g	
Zinc	4.0 mg	1.6 mg	

Las etiquetas de los alimentos contienen información sobre sobre la cantidad de calorías, porciones y datos nutricionales de los alimentos. Leerlas le ayudará a hacer elecciones saludables al hacer las compras y planificar las comidas.
Siempre verifique primero el tamaño de la porción. Toda la información en la etiqueta se basa en el tamaño de ésta. Muchos paquetes contienen más de 1 porción.
Para **comprender el etiquetado nutricional,** es importante tener en cuenta que:

- La información debe ser precisa, clara y fácil de leer.

- La información obligatoria incluye el valor energético, la cantidad de grasas, hidratos de carbono, azúcares, proteínas y sal.

- La información nutricional suele estar en la parte frontal del etiquetado, pero debe estar más extensa en el resto del etiquetado.

- La información calórica le indica el número de calorías en 1 porción.

- Para saber si un nutriente es bajo o alto, se puede usar el porcentaje del valor diario (%VD): 5 % o menos es bajo, y 20 % o más es alto.

- Al elegir entre diferentes marcas o productos similares, se pueden comparar las etiquetas y elegir los alimentos que tengan la menor cantidad de azúcares añadidos, grasas saturadas y sodio.

El total de carbohidratos está listado en letra negrilla para que se destaque y se mide en gramos (g). El azúcar, el almidón y la fibra vegetal conforman los carbohidratos totales que aparecen en la etiqueta. El azúcar aparece por separado. Todos estos carbohidratos excepto la fibra elevan su azúcar en la sangre.

Verifique la grasa total en 1 porción. Preste atención especial a la cantidad de grasa saturada en 1 porción.
Escoja alimentos que sean bajos en grasa saturada. Por ejemplo, tome leche descremada o al 1% en lugar de leche al 2%. o leche entera. La

leche descremada tiene sólo una pequeña cantidad de grasa saturada. La leche entera tiene 5 gramos de esta grasa por porción.

Se debe prestar atención a las grasas trans en cualquier etiqueta de alimentos. Estas grasas elevan el colesterol "malo" y reducen el colesterol "bueno".
Si un alimento contiene estas grasas, la cantidad aparecerá en la etiqueta debajo de la grasa total. Las grasas se miden en gramos. Busque alimentos que no tengan grasas trans o que tengan un contenido bajo de ellas (1 gramo o menos).

El sodio es el ingrediente más importante de la sal. Este número es particularmente importante para las personas que estén tratando de consumir menos sal en su alimentación. Una etiqueta que diga que un alimento tiene 100 mg de sodio significa que este tiene aproximadamente 250 mg de sal. Usted debe consumir menos de 2.300 mg de sodio al día. Esta es la cantidad de sodio en 1 cucharadita de sal de mesa.

4. Desarrollo de actividad lúdica:

Nombre de la actividad:

"¡Desafío Saludable!"

Objetivo:
Reforzar los conocimientos de los participantes sobre alimentación saludable, productos ultraprocesados y etiquetado frontal de advertencia, a través de una competencia por equipos.

Materiales:

- Campana
- Tarjetas con preguntas (tipo verdadero/falso, opción múltiple o de respuesta rápida)
- Pizarra o cartel para llevar puntaje

Preparación:
Se dividen los participantes en **2 o 3 equipos**. Se les asigna un nombre divertido a cada grupo (ej: "Los Sin Sellos", "Los NutriDetectives", "Los Etiquetados").

Desarrollo del juego:

1. **Ronda 1: Verdadero o Falso**
   - Ejemplo: "Los sellos de advertencia solo aplican a productos frescos" → **FALSO**
   - El primer equipo en presionar el pito o campana responde. Si acierta, gana un punto.
2. **Ronda 2: Opción Múltiple**
   - Ejemplo:
     ¿Qué indica un sello que dice "Exceso en sodio"?
     a) Tiene poca sal
     b) Es bajo en sodio
     c) Tiene mucha sal (✓ respuesta correcta)
     d) No tiene sal
   - Si fallan, el turno pasa al siguiente equipo.
3. **Ronda 3: Reto Rápido**
   - El equipo tiene 30 segundos para mencionar **5 alimentos saludables** y **3 productos que usualmente tienen sellos de advertencia**.

	4. **Gran Final: Pregunta de reflexión** o Cada equipo responde por turnos: "¿Por qué es importante leer las etiquetas antes de comprar un producto para los niños?" **5. Despedida** Durante el cierre de la actividad se despide a los participantes con las siguiente palabras: "Muchas gracias por su participación activa en esta actividad. Hoy, como cuidadores y padres, dieron un paso muy importante para proteger la salud de sus hijos. Aprendimos a leer etiquetas, a identificar productos con sellos de advertencia, y a elegir mejor los alimentos que llegan a nuestras casas. Recuerden: cada decisión que tomamos en el mercado o en la tienda tiene un impacto directo en el bienestar de los niños y niñas. ¡Ustedes son los primeros defensores de una alimentación saludable! Les agradecemos su tiempo, su disposición y los invitamos a seguir siendo promotores de buenos hábitos en sus hogares y comunidades. ¡Hasta pronto y felicitaciones por convertirse en verdaderos *héroes de la alimentación saludable*!"
	Durante el desarrollo de las intervenciones se realizarán las siguientes acciones adicionales: • Registro de la Intervención: Mediante el uso de planillas físicas, se registrará la información de cada institución intervenida y los datos de sus participantes. • Recolección de evidencias: Durante el desarrollo de la intervención se realizará la toma de evidencias fotográficas con georreferenciación con previa autorización de los participantes. • Difusión en redes: En la medida en la que se realicen las intervenciones, se realizará la difusión en redes sociales y pagina web del HEAD en articulación con el equipo de prensa de la alcaldía de Valledupar y secretaria Local de Salud el avance en el desarrollo de las mismas.

Elaboró: OLGA YESENIA DIAZ CELEDON – REFERENTE SAN PIC 2025
Información tomada de la Cartilla ABCD de lectura de etiquetado para familias. Apropia, Busca, Compara y Decide por opciones más saludables Ministerio de Salud y Protección Social.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD	SECRETARIA LOCAL DE SALUD VALLEDUPAR CRONOGRAMA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL	HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Realizar treinta (30) intervenciones lúdicas para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores de IE y programas del ICBF, entre otras.

N°	AREA	FECHA	HORA	LUGAR	CONTACTO
1	SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL	10 Octubre 2025	2:30 p.m.	Asociación de usuarios Riveras del Rio II Modalidad familiar Manzana 13 casa 9 Campo Romero/Bello horizonte	Katerine Villazon 311 8953700 Profesional de apoyo en salud y nutrición
2		17 Octubre 2025	7:00 a.m.	Hogar infantil Sicarare Calle 20B N° 5C-11	Irlene Carmargo Hernández Coordinadora 3215681749
3		21 Octubre 2025	8:30 a.m.	Asociación de hogares comunitarios jardín social la mariposa del rio Badillo Carrera 47 #4-21, La nevada	Yolanda Ruiz 311 6509747 Profesional de apoyo en salud y nutrición
4		22 Octubre 2025	1:00 p.m.	CDI caricias de amor transversal 27 N° 19-68 Los fundadores	Ysis Ramos Lupaca 3182583408
5		23 Octubre 2025	8:00 a.m.	Hogar infantil las Dalias Sede 2 Transversal 24A- 26 los fundadores	Mercedes Calle 3013981704
6		24 octubre 2025	9:00 a.m.	Hogar infantil las Dalias Sede 1 Calle 22 a 20. 61	Mercedes Calle 3013981704

Elaboró: / Revisó: OLGA YESENIA DÍAZ CELEDON Referente SAN PIC 2025 / BELKIS CORDOBA QUINTERO- COORDINADORA PIC 2025

Valledupar, 1 de Octubre de 2025

Recibido
01-10-25 3:31 PM.
Hitzy Guerra Lopez
Salud y Nutricion

Señores
Asociación de usuarios Riveras del Rio 2
Barrio Bello horizonte

Asunto: Solicitud de espacio para el desarrollo de actividades de promoción de la alimentación saludable.

Cordial saludo,

En el marco del **convenio administrativo formalizado entre el Hospital Eduardo Arredondo Daza (HEAD) y la secretaria de salud bajo la coordinación de la Alcaldía de Valledupar**, se vienen ejecutando estrategias orientadas a mejorar la calidad de vida de la población a través de acciones colectivas en salud (plan de intervenciones colectivas). Como la promoción de una alimentación saludable y la prevención del consumo de productos ultraprocesados.

Como parte de estas acciones, el equipo del área seguridad alimentaria y nutricional-SAN tiene previsto realizar **intervenciones lúdicas dirigidas a padres y cuidadores de niños y niñas vinculados a instituciones educativas y programas del ICBF**, con el objetivo de **promover el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultraprocesados**, según lo establecido en la Resolución 2492 de 2022.

Estas actividades buscan fomentar decisiones más conscientes y saludables en torno a la alimentación infantil, fortaleciendo la capacidad de los adultos responsables para elegir alimentos adecuados para el bienestar de los niños.

Por lo anterior, solicitamos muy respetuosamente se nos facilite un espacio físico en sus instalaciones y la participación de los padres de familia y cuidadores para el desarrollo de estas actividades. La información será brindada por la profesional en el área de la salud y nutrición del Hospital Eduardo Arredondo Daza.

Agradecemos de antemano su apoyo y compromiso con la salud y el bienestar de la niñez. Quedamos atentos a su respuesta para acordar las fechas y aspectos logísticos correspondientes. Para cualquier información adicional, puede comunicarse al número de celular 3155231686.

Cordialmente,

Olga Yesenia Díaz Coledon
Nutricionista
Referente SAN- PIC

Valledupar. 1 de Octubre de 2025

Señora
Irlene Camargo Hernández
Coordinadora Hogar infantil Sicarare

Asunto: Solicitud de espacio para el desarrollo de actividades de promoción de la alimentación saludable.

Cordial saludo,

En el marco del **convenio administrativo formalizado entre el Hospital Eduardo Arredondo Daza (HEAD) y la secretaria de salud bajo la coordinación de la Alcaldía de Valledupar**, se vienen ejecutando estrategias orientadas a mejorar la calidad de vida de la población a través de acciones colectivas en salud (plan de intervenciones colectivas). Como la promoción de una alimentación saludable y la prevención del consumo de productos ultraprocesados.

Como parte de estas acciones, el equipo del área seguridad alimentaria y nutricional-SAN tiene previsto realizar **intervenciones lúdicas dirigidas a padres y cuidadores de niños y niñas vinculados a instituciones educativas y programas del ICBF**, con el objetivo de **promover el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultraprocesados**, según lo establecido en la Resolución 2492 de 2022.

Estas actividades buscan fomentar decisiones más conscientes y saludables en torno a la alimentación infantil, fortaleciendo la capacidad de los adultos responsables para elegir alimentos adecuados para el bienestar de los niños.

Por lo anterior, solicitamos muy respetuosamente se nos facilite un espacio físico en sus instalaciones para el desarrollo de estas actividades. Las jornadas estarán a cargo de profesionales en el área de la salud y nutrición del Hospital Eduardo Arredondo Daza.

Agradecemos de antemano su apoyo y compromiso con la salud de la niñez. Quedamos atentos a su respuesta para definir fechas y aspectos logísticos.

Cordialmente,

Olga Yesenia Díaz Celedon
Nutricionista
Referente SAN- PIC
Celular 3155231686

Recibí
1-octubre-2025=
Irlene Camargo H
Directora HI

17 Octubre Reunión padres de familia

Valledupar, 1 de Octubre de 2025

Eliana Delgueroso
Coordinadora D.
1/10/25 Hora 9:18 a.m.

Señores
Centro de Desarrollo Infantil Caricias de Amor
Transversal 27 N° 19-68 barrio los fundadores

Asunto: Solicitud de espacio para el desarrollo de actividades de promoción de la alimentación saludable.

Cordial saludo,

En el marco del **convenio administrativo formalizado entre el Hospital Eduardo Arredondo Daza (HEAD) y la secretaria de salud bajo la coordinación de la Alcaldía de Valledupar**, se vienen ejecutando estrategias orientadas a mejorar la calidad de vida de la población a través de acciones colectivas en salud (plan de intervenciones colectivas). Como la promoción de una alimentación saludable y la prevención del consumo de productos ultraprocesados.

Como parte de estas acciones, el equipo del área seguridad alimentaria y nutricional-SAN tiene previsto realizar **intervenciones lúdicas dirigidas a padres y cuidadores de niños y niñas vinculados a instituciones educativas y programas del ICBF**, con el objetivo de **promover el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultraprocesados**, según lo establecido en la Resolución 2492 de 2022.

Estas actividades buscan fomentar decisiones más conscientes y saludables en torno a la alimentación infantil, fortaleciendo la capacidad de los adultos responsables para elegir alimentos adecuados para el bienestar de los niños.

Por lo anterior, solicitamos muy respetuosamente se nos facilite un espacio físico en sus instalaciones para el desarrollo de estas actividades. Las jornadas estarán a cargo de profesionales en el área de la salud y nutrición del Hospital Eduardo Arredondo Daza.

Agradecemos de antemano su apoyo y compromiso con la salud de la niñez. Quedamos atentos a su respuesta para definir fechas y aspectos logísticos en el Celular 3155231686.

Cordialmente,

Olga Yesenia Díaz Celedon
Nutricionista
Referente SAN- PIC

Valledupar, 1 de Octubre de 2025

Señores
Hogar infantil las Dalias
Barrio los fundadores

Asunto: Solicitud de espacio para el desarrollo de actividades de promoción de la alimentación saludable.

Cordial saludo,

En el marco del **convenio administrativo formalizado entre el Hospital Eduardo Arredondo Daza (HEAD) y la secretaria de salud bajo la coordinación de la Alcaldía de Valledupar**, se vienen ejecutando estrategias orientadas a mejorar la calidad de vida de la población a través de acciones colectivas en salud (plan de intervenciones colectivas). Como la promoción de una alimentación saludable y la prevención del consumo de productos ultraprocesados.

Como parte de estas acciones, el equipo del área seguridad alimentaria y nutricional-SAN tiene previsto realizar **intervenciones lúdicas dirigidas a padres y cuidadores de niños y niñas vinculados a instituciones educativas y programas del ICBF**, con el objetivo de **promover el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultraprocesados**, según lo establecido en la Resolución 2492 de 2022.

Estas actividades buscan fomentar decisiones más conscientes y saludables en torno a la alimentación infantil, fortaleciendo la capacidad de los adultos responsables para elegir alimentos adecuados para el bienestar de los niños.

Por lo anterior, solicitamos muy respetuosamente se nos facilite un espacio físico en sus instalaciones para el desarrollo de estas actividades. Las jornadas estarán a cargo de profesionales en el área de la salud y nutrición del Hospital Eduardo Arredondo Daza.

Agradecemos de antemano su apoyo y compromiso con la salud de la niñez. Quedamos atentos a su respuesta para definir fechas y aspectos logísticos en el Celular 3155231686.

Vo Bo 2/10/2025
Yesenia Calle
Hi las Dalias

Cordialmente,

Olga Yesenia Díaz Celedon
Nutricionista
Referente SAN- PIC

Valledupar, 2 de Octubre de 2025

RECIBIDO 3 OCT-2025
COMUNICAR 3116509747
YOLANDA RUIZ
SALUD Y NUTRICION

Señores
Asociación de hogares comunitarios jardín social la mariposa del rio Badillo Barrio la Nevada

Asunto: Solicitud de espacio para el desarrollo de actividades de promoción de la alimentación saludable.

Cordial saludo,

En el marco del **convenio administrativo formalizado entre el Hospital Eduardo Arredondo Daza (HEAD) y la secretaria de salud bajo la coordinación de la Alcaldía de Valledupar**, se vienen ejecutando estrategias orientadas a mejorar la calidad de vida de la población a través de acciones colectivas en salud (plan de intervenciones colectivas). Como la promoción de una alimentación saludable y la prevención del consumo de productos ultraprocesados.

Como parte de estas acciones, el equipo del área seguridad alimentaria y nutricional-SAN tiene previsto realizar **intervenciones lúdicas dirigidas a padres y cuidadores de niños y niñas vinculados a instituciones educativas y programas del ICBF**, con el objetivo de **promover el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultraprocesados**, según lo establecido en la Resolución 2492 de 2022.

Estas actividades buscan fomentar decisiones más conscientes y saludables en torno a la alimentación infantil, fortaleciendo la capacidad de los adultos responsables para elegir alimentos adecuados para el bienestar de los niños.

Por lo anterior, solicitamos muy respetuosamente se nos facilite un espacio físico en sus instalaciones para el desarrollo de estas actividades. Las jornadas estarán a cargo de profesionales en el área de la salud y nutrición del Hospital Eduardo Arredondo Daza.

Agradecemos de antemano su apoyo y compromiso con la salud de la niñez. Quedamos atentos a su respuesta para definir fechas y aspectos logísticos en el Celular 3155231686.

Cordialmente,

Olga Yesenia Díaz Celedon
Nutricionista
Referente SAN- PIC

ALCALDÍA DE
VALLEDUPAR
SALUD

ACTIVIDAD

Realizar treinta (30) intervenciones lúdicas para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores de IE y programas del ICBF, entre otras.

ASOCIACIÓN DE USUARIOS RIVERAS DEL RIO II

HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

Valledupar te cuida

PIC
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD	**SECRETARIA LOCAL DE SALUD** **ACTA DE REPORTE DE ACTIVIDADES**	HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ÁREA:	SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL						
LUGAR:	*Asociación de usuarios Riveras del Rio II*		**FECHA**	10 Octubre 2025	**HORA INICIO**	2:30 p.m	
					HORA FINAL	4:00 p.m	
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACIÓN**		**CARACTERIZACIÓN**	
	DIÁLOGO		**VISITA**		**OTRA/CUÁL:**	Intervención lúdica		
TEMA:	Realizar una intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores.						
OBJETIVO:	Promover en los padres de familia y cuidadores de los niños y niñas de la asociación de usuarios riveras del rio 2, el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables para la alimentación de los niños.						
POBLACIÓN OBJETIVO:	Padres de familia y cuidadores de los niños y niñas de la asociación de usuarios riveras del rio II.						

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En cumplimiento del compromiso pactado el 29 de agosto de 2025 durante la actividad dirigida al talento humano de la asociación de usuarios riveras del Rio II, se lleva a cabo la intervención lúdica con los padres de familia beneficiarios del servicio educación inicial en el hogar del programa de primera infancia del ICBF ubicada en el barrio campo Romero que atiende población del microterritorio del sector barrio la nevada y bello Horizonte.

La intervención inicia a las 2:30 p.m. con palabras de bienvenida a cargo de la nutricionista del área seguridad alimentaria y nutricional del PIC, quien presenta el propósito de la intervención dando a conocer que la actividad hace parte del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), ejecutado a través de la Secretaría de Salud de Valledupar y el Hospital Eduardo Arredondo Daza bajo la coordinación de la administración municipal del alcalde Ernesto Orozco, a través del área de Seguridad Alimentaria y Nutricional, en el marco de la estrategia "Salud al Cole – Valledupar te Cuida".

Destaca la importancia del rol de los padres en la formación de hábitos alimentarios en sus hijos y se socializa la agenda metodológica, que comprende tres momentos: presentación teórica, actividad lúdica y espacio de retroalimentación.

Presentación Teórica

En este espacio se desarrollan temas claves para comprender la alimentación saludable desde un enfoque práctico y preventivo.
Los contenidos se abordan mediante ejemplos cotidianos y participación guiada. Los temas tratados son:

1. **Diferencia entre comer y alimentarse:**
   Se explica que *comer* implica únicamente la acción de ingerir alimentos, mientras que *alimentarse* significa nutrir el cuerpo con los nutrientes necesarios para mantener la salud. Se reflexiona sobre la importancia de una alimentación variada, equilibrada y natural.

2. **¿Qué son los productos ultraprocesados?**
   Se definen como aquellos que contienen altos niveles de azúcares, grasas, sodio y aditivos, explicando que su consumo frecuente se asocia a enfermedades crónicas como obesidad, hipertensión, enfermedades cerebrovasculares y diabetes.
3. **Efectos del consumo excesivo de ultraprocesados:**
   Se enfatiza cómo afectan el crecimiento y desarrollo infantil, alteran los hábitos alimentarios y desplazan el consumo de alimentos naturales como frutas, verduras, carnes y granos integrales.
4. **Lectura del etiquetado nutricional:**
   Se presentan los elementos que componen una etiqueta: tabla nutricional, lista de ingredientes, porciones, sellos de advertencia y declaraciones nutricionales.
5. **Diferencias entre etiqueta y etiquetado:**
   Se explica que la *etiqueta* es el rótulo físico que acompaña el producto, mientras que el *etiquetado* es la información nutricional y sanitaria que esta contiene.
6. **Sellos frontales de advertencia:**
   Se da a conocer que la Resolución 2492 de 2022, reglamenta los sellos de advertencia "Exceso en azúcares", "Exceso en sodio", "Exceso en grasas saturadas", "Exceso en grasas trans" y "Exceso en calorías".
   Se discute por qué son críticos, qué productos los contienen y qué efectos tienen en la salud del consumidor cada uno de ellos.
7. **Mensajes clave para una alimentación saludable:** Se transmiten los siguientes mensajes
   - Priorizar alimentos frescos y naturales.
   - Evitar bebidas azucaradas y snacks ultraprocesados.
   - Leer las etiquetas antes de comprar.
   - Fomentar el consumo de frutas, carnes, verduras, agua y leguminosas.
   - Involucrar a los niños en la selección y preparación de alimentos.

Intervención Lúdica – "¡Desafío Saludable!"

Con el fin de afianzar los conocimientos adquiridos de manera divertida, se implementa una dinámica tipo reto titulada *"¡Desafío Saludable!"*.
Los participantes se dividen en dos equipos asignando a cada uno un nombre relacionado con los temas abordados, quedando denominados así:

- **Equipo 1:** *Los arroz con pollo saludable*, representado por Fernando Martínez.
- **Equipo 2:** *La mejor nutrición*, representado por Yenis Narváez.

Cada ronda combina preguntas de opción múltiple, verdadero/falso y desafíos prácticos. Los participantes corren hacia una silla central donde se encentra a una pandereta; quien la hace sonar primero tiene derecho a responder.

Rondas del juego:

- **Ronda 1 (Verdadero/Falso):**
  "Los sellos de advertencia solo aplican a productos frescos." → *FALSO.*
- **Ronda 2 (Opción múltiple):**
  ¿Qué indica un sello que dice "Exceso en sodio"?
  a) Tiene poca sal
  b) Es bajo en sodio
  ✓ **c) Tiene mucha sal**
  d) No tiene sal
- **Ronda 3 (Reto rápido):**
  Mencionar 5 alimentos saludables y 3 productos que suelen tener sellos de advertencia.

- **Gran final (Pregunta reflexiva):**
  "¿Por qué es importante leer las etiquetas antes de comprar productos para los niños?"

Los participantes respondieron de manera asertiva, demostrando los conocimientos adquiridos durante la actividad. El ambiente se caracterizó por la participación activa, el entusiasmo y la colaboración.

Espacio de reflexión

Durante este espacio, los participantes tienen la oportunidad de compartir sus experiencias personales, percepciones y aprendizajes adquiridos durante la actividad. Este momento permite evidenciar el grado de apropiación de los contenidos abordados, así como la reflexión colectiva en torno a los hábitos alimentarios que se practican en el entorno familiar.

De manera participativa, varios padres y madres manifiestan haber comprendido la importancia de leer las etiquetas nutricionales antes de adquirir productos alimenticios, reconociendo que en muchas casiones consumen alimentos con altos contenidos de sodio, azúcar y grasas sin tener conocimiento de ello. A partir de los ejemplos revisados, expresan su intención de revisar con mayor atención los sellos frontales de advertencia y las etiquetas de los productos y disminuir el consumo de gaseosas, embutidos, paquetes y productos ultraprocesados en sus hogares.

Asimismo, algunos participantes resaltan que el espacio les permitió distinguir entre "comer" y "alimentarse", comprendiendo que una alimentación saludable no solo busca saciar el hambre, sino proporcionar los nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo integral de los niños y niñas.

Durante la reflexión grupal, la profesional de apoyo en salud y nutrición de la asociación Katherine Villazón, comparte una intervención significativa, señalando que en su experiencia como agente educativa ha observado un incremento en el consumo de productos ultraprocesados por parte de los niños y niñas en los entornos institucionales y familiares. Destaca que este hábito, en muchos casos, responde a la falta de información de los padres frente a las consecuencias negativas de estos productos en la salud infantil, tales como el aumento del riesgo de sobrepeso, caries dental y déficit nutricional. Enfatiza la necesidad de continuar promoviendo espacios de formación y sensibilización dirigidos a las familias, de manera que se fortalezcan las prácticas de alimentación saludable y se omente la preparación de alimentos caseros, frescos y naturales. Comparte posibles estrategias familiares para mejorar los hábitos alimentarios, tales como:

- Sustituir bebidas azucaradas por agua o jugos naturales.
- Incluir frutas y verduras en cada comida diaria.
- Reducir el uso de sal y condimentos artificiales.
- Revisar el etiquetado nutricional antes de comprar productos.

Finalmente, el padre de familia Fernando Martínez coincide en que esta actividad no solo fortaleció sus conocimientos, sino que también generó un cambio de conciencia respecto a la responsabilidad compartida que tienen en la formación de hábitos saludables en sus hijos.

Cierre de la actividad

La intervención culmina con un mensaje de agradecimiento y reconocimiento a los 19 participantes por su disposición, entusiasmo y compromiso.
Se resalta el papel fundamental que desempeñan como agentes de cambio en la promoción de hábitos saludables dentro del hogar.

REGISTROS FOTOGRÁFICOS

Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022.













REGISTRO FOTOGRAFICO





Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022.









ANEXOS:	Oficio de concertación	
RESPONSABLE DEL DILIGENCIAMIENTO DEL ACTA	**Firma:**	Olga Yesenia Díaz Celedón. CC 1050918200.
	Nombre:	Olga Yesenia Díaz Celedon

VALIDADORES DEL ACTA	**NOMBRE**	**CARGO / ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	Katherine Villazón Rincón	Apoyo salud y nutrición/Asociacion de usuarios Riveras del Rio II	39464205	Luz Katerine Villazón

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO:____ CUAL?: Informacion en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Intervencion lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedon FECHA: 10 octubre 2025 LUGAR: Educacion inicial en el hogar - Campo Pomero Asociación de usuarios Riveros del Rio II.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Jackelin Hurtado	1065768094	2	31	NO	4	1	1	3	3107124544	Madre	Jackelin
2	maideth cordoba	49788888	2	52	NO	4	5	1	3	3004421135	abuela	maideth cordoba
3	Deraldin Ardila	1065620054	2	4	NO	4	1	2	3	3238434197	Madre	Deraldin Ardila
4	Carola peñate	1007588820	2	4	NO	4	5	1	3	3147237152	Madre	carola peñate
5	Angelica Pedroza	1065581912	2	4	NO	4	1	1	3	3044809531	madre	Angelica Pedroza
6	Karen caicedo	6900992	2	5.	NO	4	3	1	3	3133508244	madre	Karen caicedo
7	Yenis Navarez	1065827555	2	29	NO	4	1	1	3	3005948715	Madre	Yenis Navarez
8	Laura Jaraes	1065969083	2	4	2	4	1	2	3	3239726768	Mamá	Laura torres
9	Gricy Virguez R.	1065583911	2	5	2	4	5	2	3	3184858062	madre	Gricy Virguez Ríos
10	Fernando Martinez	1214467369	1	4	2	4	5	1	3	3243388422	Padre	Fernando martinez

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención lúdica

NOMBRE DEL EVENTO: Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños.

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedon FECHA: 10 Octubre 2025 LUGAR: Educación inicial en el hogar - Campo Romero Asociación Riveras del Rio II.

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Wilmer antehria	77.023527	1	5	2 no	4	1	1	3	3005647841	abuelo	Wilmer antehria
2	Yoleidys Hernandez	1.065.626.797	2	5	2 no	4	5	1	3	3158102696	mamá	yoleidys Hernandez
3	Sonia Romero	6326488	2	4	no	4	3	1	3	3235983859	mamá	Sonia
4	Maroly navarro caceres	1192906744	1	4	2 NO	4	5	2	3	3013997390	mamá	Maroly navarro.
5	Liceth Daula	1062806485	2	4	NO	1	1	1	3	3135758134	MAMÁ	Liceth Daula
6	Richard guille	1124438	1	5	NO	1	1	1	3	3047110766	PAPA	Richard guille
7	Angy Johana Trujillo	36573708	2	3	NO	4	1	2	3	3182912112	Mama	Angy Trujillo
8	Arlis Ruiz Carrillo	1067817845	2	4	NO	4	5	1	3	3016950408	Mama	Arlis Ruiz
9	Erika Garcia Correa	1082253029	2	5	NO	4	1	1	3	3114044478	madre	Erika Garcia
10												

ALCALDÍA DE
VALLEDUPAR
SALUD

ACTIVIDAD

Realizar treinta (30) intervenciones lúdicas para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores de IE y programas del ICBF, entre otras.

HOGAR INFANTIL SICARARE

HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

Valledupar te cuida

PIC
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

ÁREA:	SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL						
LUGAR:	*Hogar Infantil Sicarare*		**FECHA**	17 Octubre 2025	**HORA INICIO**	7:00 a.m	
					HORA FINAL	8:00 a.m	
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACIÓN**		**CARACTERIZACIÓN**	
	DIÁLOGO		**VISITA**		**OTRA/CUÁL:**	Intervención lúdica		
TEMA:	Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores.						
OBJETIVO:	Promover en los padres de familia y cuidadores de los niños y niñas del hogar infantil Sicarare, el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables para la alimentación de los niños.						
POBLACIÓN OBJETIVO:	Padres de familia y cuidadores de los niños y niñas del hogar infantil Sicarare						

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

La actividad da inicio a las 7:00 a.m., según lo concertado con la coordinadora del Hogar Infantil, señora Irlene Camargo.

Se da apertura con palabras de bienvenida a cargo de la nutricionista del área de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), quien presenta el propósito de la intervención, destacando que esta hace parte del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) ejecutado por la Secretaría de Salud de Valledupar y el Hospital Eduardo Arredondo Daza, bajo la coordinación de la Administración Municipal del alcalde Ernesto Orozco, a través del área de Seguridad Alimentaria y Nutricional, en el marco de la estrategia *"Salud al Cole – Valledupar te Cuida."*

TEMAS ABORDADOS

1. **Diferencia entre comer y alimentarse:**
   Se explica que comer implica únicamente la acción de ingerir alimentos, mientras que alimentarse significa nutrir el cuerpo con los nutrientes necesarios para mantener la salud. Se reflexiona sobre la importancia de una alimentación variada, equilibrada y natural.
2. **¿Qué son los productos ultraprocesados?:**
   Se definen como aquellos que contienen altos niveles de azúcares, grasas, sodio y aditivos, explicando que su consumo frecuente se asocia a enfermedades crónicas como obesidad, hipertensión, enfermedades cerebrovasculares y diabetes.
3. **Efectos del consumo excesivo de ultraprocesados:**
   Se destaca cómo estos alimentos afectan el crecimiento y desarrollo infantil, alteran los hábitos alimentarios y desplazan el consumo de alimentos naturales como frutas, verduras, carnes y granos integrales.
4. **Lectura del etiquetado nutricional:**
   Se presentan los elementos que componen una etiqueta: tabla nutricional, lista de ingredientes, porciones, sellos de advertencia y declaraciones nutricionales.
5. **Diferencias entre etiqueta y etiquetado:**
   Se explica que la etiqueta es el rótulo físico del producto, mientras que el etiquetado es la información nutricional y sanitaria que esta contiene.
6. **Sellos frontales de advertencia:**
   Se da a conocer que la Resolución 2492 de 2022 reglamenta los sellos de advertencia *"Exceso en azúcares", "Exceso en sodio", "Exceso en grasas saturadas", "Exceso en grasas trans" y "Exceso en calorías"*.

Se discute su importancia, los productos que los contienen y los efectos que su consumo puede generar en la salud del consumidor.

7. **Mensajes clave para una alimentación saludable:**
   A través de un folleto educativo se brindaron recomendaciones nutricionales basadas en las Guías Alimentarias para la Población Colombiana, se explicó el Plato Saludable de la Familia Colombiana y se compartieron ejemplos de menús saludables para los niños y niñas.

INTERVENCIÓN LÚDICA – "¡DESAFÍO SALUDABLE!"

Para reforzar los conocimientos adquiridos, se desarrolla una dinámica participativa denominada **"¡Desafío Saludable!"**, en la cual se invita a dos madres de familia a participar de manera voluntaria.
Cabe resaltar que la dinámica fue modificada con respecto a la planeación metodológica inicial, atendiendo la sugerencia de los participantes, quienes manifestaron que este formato resultaba más cómodo para ellos teniendo en cuenta que no se cuenta en el lugar con el espacio suficiente para desarrollarla según lo planeado.

Las participantes escogieron al azar una ficha con preguntas y respondieron de manera asertiva cada una de ellas:

- **Ficha 1 (Verdadero/Falso):**
  "Los sellos de advertencia solo aplican a productos frescos." → FALSO.
  → Los participantes expresaron que los sellos aplican a productos empacados y procesados, lo cual fue correctamente comprendido.
- **Ficha 2 (Opción múltiple):**
  ¿Qué indica un sello que dice "Exceso en sodio"?
  a) Tiene poca sal
  b) Es bajo en sodio
  ✓ c) Tiene mucha sal
  d) No tiene sal
  → Las madres respondieron correctamente, reconociendo que un exceso de sodio puede afectar la presión arterial y la salud cardiovascular.
- **Ficha 3 (Reto rápido):**
  Mencionar 5 alimentos saludables y 3 productos que suelen tener sellos de advertencia.
  → Las participantes mencionaron frutas, verduras, huevos, carnes magras y agua como alimentos saludables, y gaseosas, paquetes y embutidos como productos con sellos.
- **Ficha 4 (Pregunta reflexiva):**
  "¿Por qué es importante leer las etiquetas antes de comprar productos para los niños?"
  → Las madres reflexionaron sobre la importancia de identificar el contenido de azúcar, grasas y sodio para cuidar la salud de sus hijos y prevenir enfermedades a futuro.

Durante la actividad se evidenció entusiasmo, cooperación y comprensión del tema. Aunque la participación fue reducida (11 padres), debido a las condiciones climáticas y la presencia de lluvia, la dinámica se desarrolló de manera exitosa y enriquecedora.

CIERRE Y REFLEXIÓN

La intervención finaliza con una reflexión dirigida por la nutricionista, quien invita a los asistentes a convertirse en *"guardianes de la alimentación de sus hijos"*, destacando que las decisiones cotidianas de compra y consumo influyen directamente en la salud y el bienestar de toda la familia.
Se recuerda la importancia de priorizar alimentos naturales, evitar productos ultraprocesados y leer siempre las etiquetas nutricionales antes de adquirir cualquier producto.

Los participantes agradecieron el espacio, manifestando haber adquirido nuevos conocimientos útiles para aplicar en su vida diaria.

REGISTROS FOTOGRÁFICOS

Intervención lúdica hogar infantil Sicarare.













ANEXOS:	Oficio de concertación			
RESPONSABLE DEL DILIGENCIAMIENTO DEL ACTA	**Firma:**			
	Nombre:	Olga Yesenia Díaz Celedon		
VALIDADORES DEL ACTA	**NOMBRE**	**CARGO / ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	Irlene Camargo Hernández	Coordinadora hogar infantil Sicarare	49775800	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:___ REUNION:___ CAPACITACION:___ OTRO:___ CUAL?: Información en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedón FECHA: 17 octubre 2025 LUGAR: Hogar Infantil Sicarare.

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Gisell Chiquisquira Cruz Palla	1065666083	2	4	2	4	5	2	3	3002729431	MADRE.	Gisell Cruz
2	Angelica Medina	1065608794	2	5	2	4	5	2	3	3014736343	Madre	Angelica Medina
3	Erika López	1065840257	2	4	2	4	1	2	3	3016755957	Madre	Erika López
4	RAMON PEÑA VARGAS	80178878	1	5	2	4	5	2	3	3012576762	PADRE	
5	Mayerling Prado	49795790	2	5	2	4	5	2	3	3104504075	Madre	Mayerling P.
6	Martalemus pedroza	57407367	0-2	3	2	4	5	2	3	3106527762	Abuela	Martalemus
7	MAIKOL MORTOYA	1.065.659.238	1	5	2	4	5	1	3	3212047946	Padre	
8	Mana Rivero D.	1065940752	2	2	2	4	5	1	3	3153174788	Madre	
9	Stefanny Pinedo	1065589858	2	5	2	4	5	1	3	3167691763	Madre	Stefanny Pinedo
10	KEYLIS MAESTRE MARTA	1065869416	2	4	2	4	5	1	3	3116161277	Madre	Keylis Maestre

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO:____ CUAL?: Informacion en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Intervencion ludica para la promocion de la alimentacion saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yeseria Diaz Celedon FECHA: 17 Octubre 2025 LUGAR: Hogar infantil Acapare

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Esther santana	49761612	2	5	2	4	5	2	3	3116541152	abuela	Esth S
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR
SALUD

ACTIVIDAD

Realizar treinta (30) intervenciones lúdicas para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores de IE y programas del ICBF, entre otras.

ASOCIACIÓN DE HOGARES COMUNITARIOS JARDÍN SOCIAL LA MARIPOSA DEL RIO BADILLO

HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

Valledupar te cuida

PIC
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD	SECRETARIA LOCAL DE SALUD ACTA DE REPORTE DE ACTIVIDADES	HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ÁREA:	SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL						
LUGAR:	Asociación de hogares comunitarios jardín social la mariposa del rio Badillo		**FECHA**	21 Octubre 2025	**HORA INICIO**	8:30 a.m	
					HORA FINAL	9:30 a.m	
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACIÓN**		**CARACTERIZACIÓN**	
	DIÁLOGO		**VISITA**		**OTRA/CUÁL:**	Intervención lúdica		
TEMA:	Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores.						
OBJETIVO:	Promover en los padres de familia y cuidadores de los niños y niñas de la asociación de hogares comunitarios jardín social la mariposa del Rio Badillo, el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables para la alimentación de los niños.						
POBLACIÓN OBJETIVO:	Padres de familia y cuidadores de los niños y niñas de la asociación de hogares comunitarios jardín social la mariposa del Rio Badillo ubicada en la Carrera 47 #4-21, del barrio la nevada.						

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En el marco de la conmemoración del Día Mundial de la Alimentación, y con el apoyo de la asociación, se lleva a cabo la intervención lúdica en un ambiente festivo. El espacio se encuentra decorado con varios stands que ofrecen una muestra gastronómica de preparaciones caseras propias de la región, naturales y saludables, para ser mostradas y degustadas por los participantes.

La actividad inicia con un momento de oración, seguido de las palabras de bienvenida a cargo de la profesional de apoyo en salud y nutrición de la asociación, la nutricionista Yolanda Ruiz Toloza. Posteriormente, el grupo de docentes dinamiza el inicio de la intervención mediante una actividad lúdica rompehielo denominada *'El Baile e las Frutas'.*

Tras la presentación de las docentes, se procede a la apertura oficial de la actividad con las palabras de bienvenida de la nutricionista del área de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC). Se expone el propósito de la intervención, resaltando que esta hace parte del PIC ejecutado por la Secretaría de Salud de Valledupar y el Hospital Eduardo Arredondo Daza, bajo la coordinación de la Administración Municipal liderada por el alcalde Ernesto Orozco, en el marco de la estrategia *'Salud al Cole – Valledupar te Cuida"*

Se resalta que durante el desarrollo de la intervención se cuenta con el acompañamiento y participación de la nutricionista del área de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Secretaría de Salud Municipal, la Dra. Yajaira Peña.

De manera teórica se da un espacio para abordar los siguientes temas:

1. *Diferencia entre comer y alimentarse:* Se le explica a los padres de familia que comer implica únicamente la acción de ingerir alimentos, mientras que alimentarse significa nutrir el cuerpo con los nutrientes necesarios para mantener la salud. Se reflexiona sobre la importancia de una alimentación variada, equilibrada y natural.
2. ¿Qué son los productos ultraprocesados?: Se indaga con los asistentes sobre los conocimientos que tienen acerca de los productos ultraprocesados, de lo cual no se obtuvo ninguna respuesta; por lo tanto se les explica que son aquellos productos que contienen altos niveles de azúcares, grasas, sodio y

aditivos, explicando que su consumo frecuente se asocia a enfermedades crónicas como obesidad, hipertensión, enfermedades cerebrovasculares y diabetes.

3. *Efectos del consumo excesivo de ultraprocesados:* Se les da a conocer que el consumo de estos productos se relacionan con la presencia de diversas enfermedades crónicas, metabólicas y nutricionales. Se destaca cómo estos alimentos afectan el crecimiento y desarrollo infantil, alteran los hábitos alimentarios y desplazan el consumo de alimentos naturales como frutas, verduras, carnes y granos integrales.
4. *Lectura del etiquetado nutricional:*
   Se presentan los elementos que componen una etiqueta: tabla nutricional, lista de ingredientes, porciones, sellos de advertencia y declaraciones nutricionales.
5. *Diferencias entre etiqueta y etiquetado:*
   Se explica que la etiqueta es el rótulo físico del producto, mientras que el etiquetado es la información nutricional y sanitaria que esta contiene.
6. *Sellos frontales de advertencia:*
   Se da a conocer que la Resolución 2492 de 2022 reglamenta los sellos de advertencia *"Exceso en azúcares", "Exceso en sodio", "Exceso en grasas saturadas", "Exceso en grasas trans" y "Exceso en calorías".*
   Se discute su importancia, los productos que los contienen y los efectos que su consumo puede generar en la salud del consumidor. En esta intervención se les muestra a los participantes cada sello de advertencia y se les pregunta con que enfermedades relacionan el consumo en exceso de las sustancias que nos presentan los sellos, respondiendo de manera acertada y manifestando su preocupación ante el abuso de la población infantil en el consumo de los productos que los contienen.
7. *Mensajes clave para una alimentación saludable:*
   A través de un folleto educativo se brindan recomendaciones nutricionales basadas en las Guías Alimentarias para la Población Colombiana, se explica el Plato Saludable de la Familia Colombiana y se comparten ejemplos de menús saludables para los niños y niñas y los siguientes mensajes:

"Los alimentos sin procesar (frescos y naturales), como verduras, legumbres, granos, frutas, nueces, raíces, tubérculos, carne, pescado, leche, huevos y platos preparados con esos alimentos, se recomiendan para el consumo diario como parte de una alimentación sana y variada. Estos alimentos favorecen la salud y previenen la aparición de enfermedades"

INTERVENCIÓN LÚDICA – "¡DESAFÍO SALUDABLE!"

Se implementa una dinámica participativa tipo reto, denominada **"¡Desafío Saludable!"**, en la que los asistentes se dividen en 2 equipos. La actividad consiste en escuchar una pregunta y correr hacia una campana ubicada en el centro del espacio. El primer participante en hacerla sonar tiene la oportunidad de responder la pregunta relacionada con el tema, apoyado por su equipo. Esta estrategia permite reforzar los conocimientos adquiridos de manera divertida, fomentando el trabajo en grupo, el entusiasmo y la apropiación del contenido.

Los participantes se organizan en 2 equipos divididos de manera equitativa entre los participantes y cada uno asigna un nombre y escogen un líder de equipo el cual se encarga de realizar el reto:

La actividad consta de un reto de 4 rondas de preguntas tipo verdadero/falso, opción múltiple y desafíos rápidos, cerrando con una pregunta reflexiva sobre la importancia de leer etiquetas antes de comprar.

1. **Ronda 1: Verdadero o Falso**
   - "Los sellos de advertencia solo aplican a productos frescos" → **FALSO**
     Si falla, no hay punto y se continua con la siguiente ronda.

2. **Ronda 2: Opción Múltiple**
   - ¿Qué indica un sello que dice "Exceso en sodio"?
     a) Tiene poca sal
     b) Es bajo en sodio
     c) Tiene mucha sal (✓ respuesta correcta)

d) No tiene sal
Si fallan. el turno pasa al siguiente equipo.

3. **Ronda 3: Reto Rápido**
   - El equipo tiene 30 segundos para mencionar **5 alimentos saludables** y **3 productos que usualmente tienen sellos de advertencia.**
     Pasado el tiempo sin respuesta cede el turno al otro equipo

4. **Gran Final: Pregunta de reflexión**
   - Cada equipo responde por turnos:
     "¿Por qué es importante leer las etiquetas antes de comprar un producto para los niños?"

Cada líder de equipo corre hasta alcanzar y tocar la campana cuando escucha la pregunta. Una vez toca la campana debe responder a la pregunta correspondiente con el apoyo del resto del equipo. Por cada pregunta acertada se asigna un punto.

Resultados:

Esta intervención propicia un aprendizaje lúdico y enriquecedor, favoreciendo además un diálogo significativo entre los participantes. El desarrollo de la dinámica resulta particularmente adecuado gracias al espacio disponible, que permite a los asistentes desplazarse, correr y realizar los retos sin obstáculos.

Durante la actividad se evidencia entusiasmo, trabajo colaborativo y una adecuada comprensión de los contenidos. La participación fue amplia, con la asistencia de 40 padres de familia y cuidadores, lo que contribuye a que la experiencia se lleve a cabo de manera exitosa y altamente enriquecedora.

CIERRE Y REFLEXIÓN

La actividad finaliza con palabras de agradecimiento a la asociación y a los padres de familia por el espacio y la participación para el desarrollo de la intervención.
Como mensaje de reflexión se les recuerda que cada elección que realizamos en el mercado o en la tienda tiene un impacto directo en el bienestar de los niños y niñas. ¡Ustedes son los principales defensores de una alimentación saludable!"

Una vez finalizada la intervención lúdica, se invita a los participantes a realizar un recorrido por los stands, donde se exhiben diversas preparaciones saludables para degustar en el marco de la conmemoración del Día de la Alimentación. Esta actividad tiene como propósito sensibilizar a las familias sobre la importancia de consumir alimentos nutritivos y promover el rescate de los alimentos naturales y tradicionales de la región.

REGISTROS FOTOGRÁFICOS

Intervención lúdica Asociación de hogares comunitarios jardín social la mariposa del rio Badillo 21 octubre 2025





Intervención lúdica Asociación de hogares comunitarios jardín social la mariposa del rio Badillo 21 octubre 2025









ANEXOS:	Oficio de concertación	
RESPONSABLE DEL DILIGENCIAMIENTO DEL ACTA	**Firma:**	Olga Yesenia Díaz Celedon CC 1080918700
	Nombre:	Olga Yesenia Díaz Celedon

VALIDADORES DEL ACTA	**NOMBRE**	**CARGO / ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	Yolanda Ruiz Toloza	Nutricionista/ Asociación la Mariposa del rio Badillo	33212963 de mompós Bolivar.	Yolanda Ruiz T.

ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREGOCHEA DIZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO:____ CUAL?:_____

NOMBRE DEL EVENTO: Intervención ludica para la promoción de la alimentación saludable en los niños.

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedon FECHA: 21 octubre 2025 LUGAR: Nevada - Asociacion Mariposa del Rio Badillo.

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Yarisel Mariño	CC 1221969542	2	5	2	4	1	1	3	3175880881	Mateo Coronel	Yarisel Mariño
2	Dairis Diaz	CC 1235338335	2	1.5	2	4	4	1	2	3017166912	Eliam Smith Diaz	Dairis Diaz
3	Yuleth C Sanchez	1003376869	2	5	2	4	5	2	3	3012653531	Federys Gonzalez	Yuleth Sa
4	Melys BERNAL	1067721858	2	4	2	4	1	1	3	3003689221	LIAM DAN	MelysBernal
5	Yaletsi Ceballos	1066864478	2	4	2	4	5	1	3	3042849706	Martinez Geronimo	Yaletsiceball
6	Yaletsi ceballos	1066864478	2	4	2	4	5	1	3	3042849706	Adriana ceballos	Yaletsiceball
7	Valeria Maestre Pretel	1192774243	2	4	2	4	1	2	3	3013564487	Auxiliar Pedagogico	Valeria Maestre
8	Keilys Castro	1065624443	2	5	2	4	5	2	3	3186280062	Agente Educativo	Keilys Castro
9	Ana paola osorio	1065623847	2	5	2	4	5	2	3	3049884512	Auxiliar Pedagogico	Ana osorio
10	Martha Vizcaino	49794895	2	5	2	4	5	2	3	3232149895	Auxiliar Pedagogico	Martha Vizcaino

ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO:____ CUAL?:_____

NOMBRE DEL EVENTO: Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños.

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedon FECHA: 21 octubre 2025 LUGAR: Nevada - Asociación Mariposa del Rio Badillo.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Kelly Cardenas	1002212213	2	4	2	4	5	1	3	3044681396	Madre Kelly cardenas	Kelly cardenas
2	Dalia cardenas	1065839972	2	4	2	4	5	1	3	3016[illegible]075	Madre	Dalia cardenas
3	Claudia Sanchez	1067724531	2	5	2	4	1	1	3	3052866774	MADRE	Claudia Sanchez
4	Orledis mendez	1065822936	2	5	2	4	1	1	3	3005892654	MADRE	
5	Xiomara Cantillo	5381836	2	5	2	4	3	1	3	3266454536	Madre	Xiomara Cantillo
6	Carol pedroza	1003139788	2	4	2	4	5	2	3	3127928879	Madre	Carol pedroza
7	Julieth Bravo	1065807772	2	5	2	4	5	1	3	3017486147	Madre	Julieth Bravo
8	Laura Brow	1003313544	2	4	2	4	5	1	3	3111087526	madre	Laura Brow
9	LEIDYS LOPEZ		2	3	2	4	5	1	3	3076543729	madre	LEIDYS LOPEZ
10	Stephanie Mendoza A	1014203564	2	5	2	4	5	1	3	3212486799	madre	Stephanie A.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO:____ CUAL?: Información en Salud

NOMBRE DEL EVENTO: Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedón FECHA: 21 octubre 2025 LUGAR: Nevada - Asociación Mariposa del Río Badillo.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Luz Eliana Galeth C	1193037622	2	4	2	4	5	1	3	3175519817	madre de familia	Luz Galeth
2	Andrea Meza	1062354039	2	4	2	4	5	1	3	3243971774	madre de Familia	Andrea Meza
3	Angie Mendoza	1003231559	2	4	2	4	1	1	3	3024918884	madre de familia	Angie Mendoza
4	Mary Fuentes	1030616747	2	5	2	1	1	2	3	3168242614	Madre de Fam	Mary Fuentes
5	Maholis Montes	1082833491	2	5	2	4	1	1	3	3175578926	Madre	Maholis
6	Ginger Jaraba	1081911213	2	5	2	4	5	2	3	3005235417	Madre	Ginger J
7	Karen Tinoco	1067604859	2	4	2	4	1	1	3	3225181524	Madre	Karen T.
8	Laura Cordoba	1066871902	2	4	2	4	5	2	3	3226317800	Acompañante	Laura Cordoba
9	Karen Pimienta		2	4	2	4	5	2	3	3023944486	madre familia	Karen Pimienta
10	Angy Sarmiento	1101048274	2	4	2	4	5	1	3	3180688532	Madre de familia	Angy Sarmiento

ALCALDIA DEL VALLE DUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO D'IZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Informacion en Salud

NOMBRE DEL EVENTO Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedón FECHA: 21 octubre 2025 LUGAR: Nevada - Asociación Mañposa del río badillo.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Noelia María Londoño Rojas	1065571180	2	4	2	4	1	1	3	3012703349	Madre familia	Noelia londoño
2	SBCYS Yuranis Londoño Roja	1065604167	2	4	2	4	1	1	3	3023351824	Madre familia	SBCYS.
3	Emely Paola Pirela Fermin	5596764	2	4	2	4	3	1	3	3204843585	madre familia	Emely P
4	Vanessa Gomez Fra3820	1065623391	2	5	2	4	4	1	3	3013252948	madre familia	Vanes5826
5	Mariam Diaz Quintana	1192789260	2	4	2	4	5	1	3	3007619523	madre	Mariam Diaz
6	Ashlis Guerra	1065582385	2	5	2	2	5	1	3	3244144019	madre	Ashlis Guerra
7	Melany Mora	1066282734	2	4	2	4	5	1	3	3122725569	madre	Melany Mora
8	Yuleisy granado	1065649927	2	4	2	4	1	1	3	3004527369	madre	Yuleisy granado
9	Daniela atencio	1065139854	2	4	2	4	5	1	3	3017117726	madre	Daniela atencio
10	Yubiry castellanos	51988958	2	5	2	4	3	1	3	3004063052	madre	Yubiry castellanos

ALCALDÍA DE
VALLEDUPAR
SALUD

ACTIVIDAD

Realizar treinta (30) intervenciones lúdicas para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores de IE y programas del ICBF, entre otras.

CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL-

CDI CARICIAS DE AMOR

HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

Valledupar te cuida

PIC
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

ÁREA:	SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL						
LUGAR:	*Centro de Desarrollo Infantil Caricias de amor*		**FECHA**	22 Octubre 2025	**HORA INICIO**	1:00 p.m.	
					HORA FINAL	2:00 p.m.	
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACIÓN**		**CARACTERIZACIÓN**	
	DIÁLOGO		**VISITA**		**OTRA/CUÁL:**	Intervención lúdica		
TEMA:	Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores.						
OBJETIVO:	Promover en los padres de familia y cuidadores de los niños y niñas del Centro de desarrollo infantil Caricias de amor, el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables para la alimentación de los niños.						
POBLACIÓN OBJETIVO:	Padres de familia y cuidadores de los niños y niñas del CDI Caricias de amor ubicado en la Tranversal 27# 19-68 Barrio los fundadores						

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Inicia a la intervención lúdica siendo la 1:00 p.m del 22 de octubre de 2025, según lo concertado previamente mediante oficio radicado el 1 de octubre de 2025 con la nutricionista del CDI Ysis Ramos encargada de dirigir el componente de salud y nutrición.

Para realizar la apertura de la actividad interviene la coordinadora del CDI Eliana Delguercio quien da la bienvenida a los asistentes e invitó a realizar una oración, respetando las diferentes creencias y fomentando un ambiente de respeto y unidad. A continuación, la profesional del PIC, encargada de liderar la actividad, ofrece una cálida bienvenida y presenta una explicación detallada sobre el Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), convenio administrativo entre el Hospital Eduardo Arredondo Daza y la Secretaría Local de Salud, bajo la coordinación de la administración municipal del señor alcalde de Valledupar, Ernesto Orozco. Explicó que este plan tiene como propósito ejecutar actividades orientadas a mejorar la calidad de vida de la población mediante acciones colectivas en salud en el marco de la estrategia **"salud al cole Valledupar te cuida".**

Posteriormente, se invita a los asistentes a adoptar una posición cómoda para dar inicio al encuentro. A través de una presentación en diapositivas se desarrolla el contenido teórico del tema, se inicia socializando que el objetivo es fomentar decisiones alimentarias más saludables mediante la comprensión del etiquetado frontal de advertencia y la información nutricional de los productos ultraprocesados.

Los temas abordados son los siguientes:

- Diferencias entre comer y alimentarse.
- ¿Qué son los productos ultraprocesados?
- Efectos del consumo excesivo de estos productos.
- Información que brindan los sellos frontales de advertencia.
- Diferencia entre etiqueta y etiquetado.
- Qué es el etiquetado nutricional y cómo está compuesto.
- Descripción de los cinco sellos de advertencia: por qué son críticos, qué productos los contienen y sus efectos perjudiciales para la salud.
- Mensajes clave para adoptar una alimentación saludable.

Diferencias entre comer y alimentarse

Comer es la acción de ingerir alimentos por necesidad, costumbre o gusto. Alimentarse, en cambio, implica elegir alimentos que aporten los nutrientes necesarios para mantener la salud, crecer y tener energía. Es un proceso consciente y orientado al bienestar.

¿Qué son los productos ultraprocesados?

Son alimentos industrializados que pasan por múltiples procesos químicos y contienen ingredientes que no se usan en la cocina casera, como colorantes, saborizantes, edulcorantes, conservantes y aditivos. Suelen ser muy palatables, practicos y de larga duracion, pero pobres en nutrientes y perjudiciales para la salud.

Efectos del consumo excesivo de estos productos

El consumo frecuente de ultraprocesados se asocia con obesidad, diabetes, hipertensión, aumento del colesterol, problemas digestivos y mayor riesgo de enfermedades crónicas. También desplazan el consumo de alimentos naturales y frescos.

Información que brindan los sellos frontales de advertencia

Los sellos frontales indican de manera clara y visible si un producto contiene exceso de azúcares, sodio, grasas saturadas, grasas trans o edulcorantes. Su propósito es ayudar al consumidor a identificar rápidamente productos no saludables.

Diferencia entre etiqueta y etiquetado

- **Etiqueta:** Es el rótulo físico adherido al envase, donde aparecen datos gráficos y textuales.
- **Etiquetado:** Es toda la información obligatoria que debe incluirse en la etiqueta, como ingredientes, sellos de advertencia, tabla nutricional, porciones, fechas y advertencias.

Qué es el etiquetado nutricional y cómo está compuesto

Es la información que muestra el contenido de nutrientes de un alimento. Incluye:

- Tabla nutricional (calorías, macronutrientes, sodio, azúcares, etc.).
- Lista de ingredientes, ordenados de mayor a menor cantidad.
- Porción sugerida y número de porciones por envase.
- Sellos de advertencia cuando aplica.

Descripción de los cinco sellos de advertencia: por qué son críticos, qué productos los contienen y sus efectos

1. Exceso de azúcares: Presente en bebidas azucaradas, cereales, galletas y postres. Aumenta riesgo de obesidad y diabetes.
2. Exceso de sodio: Común en embutidos, sopas instantáneas y mecatos. Eleva la presión arterial.
3. Exceso de grasas saturadas. En productos de panadería industrial, snacks y comidas rápidas. Aumenta el colesterol "malo".
4. Exceso de grasas trans: Presente en productos con aceites hidrogenados. Aumenta el riesgo cardiovascular.
5. Contiene edulcorantes: Frecuente en productos "light" o "sin azúcar". No recomendado para niños y puede alterar la preferencia por sabores muy dulces.

Mensajes clave para adoptar una alimentación saludable

- Priorizar alimentos frescos: frutas, verduras, leguminosas, proteínas naturales y agua.
- Reducir el consumo de productos ultraprocesados.
- Interpretar los sellos de advertencia como señales de alerta.
- Leer las etiquetas antes de comprar.
- Preferir preparaciones caseras.
- Mantener horarios regulares de alimentación.
- Fomentar hábitos saludables desde la infancia.

INTERVENCIÓN LÚDICA – "¡DESAFÍO SALUDABLE!"

Una vez finalizada la parte teórica de la intervención, se invita a los participantes a desarrollar la actividad lúdica denominada *'Desafío Saludable'*, cuyo objetivo es reforzar los conocimientos adquiridos mediante una competencia interactiva por equipos, utilizando materiales como una campana y tarjetas con preguntas.

Para su ejecución, los participantes se organizan en dos equipos, cada uno de los cuales eligen un nombre creativo relacionado con la temática y designa un líder que los represente. No obstante, la dinámica debe ajustarse respecto a la planeación metodológica inicial, debido a que el espacio disponible para la intervención resulta reducido y limita la movilidad de los competidores. Por este motivo, se modifica la estrategia y se solicita a los participantes seleccionar al azar una ficha con las preguntas y responder de manera asertiva, apoyándose en su equipo para construir la respuesta adecuada.

- **Ficha 1 (Verdadero/Falso):**
  "Los sellos de advertencia solo aplican a productos frescos." → *FALSO.*
  → Los participantes expresaron que los sellos aplican a productos empacados y procesados, lo cual fue correctamente comprendido.
- **Ficha 2 (Opción múltiple):**
  ¿Qué indica un sello que dice "Exceso en sodio"?
  a) Tiene poca sal
  b) Es bajo en sodio
  ✓ c) Tiene mucha sal
  d) No tiene sal
  → Respondieron correctamente, reconociendo que un exceso de sodio quiere decir que tiene mucha sal y que puede afectar la presión arterial, la salud cardiovascular y renal.
- **Ficha 3 (Reto rápido):**
  Mencionar 5 alimentos saludables y 3 productos que suelen tener sellos de advertencia.
  → Los participantes mencionaron los vegetales como frutas, verduras, alimentos con proteína natural como huevos, carnes magras y el agua como alimentos saludables, y gaseosas, mecatos y embutidos como productos con sellos de advertencia.
- **Ficha 4 (Pregunta reflexiva):**
  "¿Por qué es importante leer las etiquetas antes de comprar productos para los niños?"
  → Reflexionan sobre la importancia de identificar el contenido de azúcar, grasas y sodio para cuidar la salud de sus hijos y prevenir enfermedades a futuro.

Durante la dinámica se observa un alto nivel de motivación, trabajo en equipo y apropiación de los contenidos. Se cuenta con la participación de 36 padres de familia y cuidadores lográndose desarrollar la intervención de manera satisfactoria.

CIERRE

Finaliza la intervención con una reflexión invitando a los asistentes a convertirse en *"héroes de la alimentación de sus hijos"*, destacando que las decisiones cotidianas de compra y consumo influyen directamente en la salud y el bienestar de toda la familia.

Se recuerda la importancia de priorizar alimentos naturales, evitar productos ultraprocesados y leer siempre las etiquetas nutricionales antes de adquirir cualquier producto.

Con el fin de fortalecer el aprendizaje y promover una mayor apropiación del tema, se recomienda a los participantes continuar reforzando estas temáticas de manera periódica, dada su relevancia en la toma de decisiones informadas al momento de comprar alimentos. Para ello, se sugiere consultar el material bibliográfico utilizado durante la intervención: la **cartilla "ABCD de lectura de etiquetado para familias: Apropia, Busca, Compara y Decide por opciones más saludables"**, elaborada por el **Ministerio de Salud y Protección Social**.

Los participantes agradecieron el espacio, manifestando haber adquirido nuevos conocimientos útiles para aplicar en su vida diaria.

REGISTROS FOTOGRÁFICOS

Intervención lúdica CDI Caricias de amor 22 octubre 2025.













Intervención lúdica CDI Caricias de amor 22 octubre 2025.





ANEXOS:	Oficio de concertación			
RESPONSABLE DEL DILIGENCIAMIENTO DEL ACTA	**Firma:**	Olga Yesenia B Celedón · cc1050918450 ·		
	Nombre:	Olga Yesenia Díaz Celedon		
VALIDADORES DEL ACTA	**NOMBRE**	**CARGO / ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	Ysis Gea Ramos Lupaca	Apoyo salud y nutrición/CDI Caricias de amor	1082583508	Ysis Ramos L.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Información en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Intervencion ludica para la promocion de la alimentación Saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedon FECHA: 22 octubre 2025 LUGAR: CDI Caricias de amor.

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Johana García	1065618973	2	5	2	4	5	1	3	3135022439	Madre	Johanna García
2	Mayerlis Pacheco	1003384102	2	3	2	4	1	1	3	3044738247	Madre	Mayerlis Pacheco M.
3	Anamis Padilla	1062401871	2	5	2	4	1	2	3	3007149619	Madre	Anamis Padilla
4	Gelis Rodriguez	1004281636	2	4	2	4	1	1	3	3002116756	Madre	Gelis R. Rodriguez
5	Melissa Ovalles R.	1066865754	2	4	2	4	5	1	3	3022878824	madre	Melissa Ovallos
6	Bleidys Pudllo M.	1065636954	2	5	2	4	1	1	3	3007636038	Madre	Bleidis Pudllo M.
7	Cristian calderon	1065656131	1	5	2	4	1	1	3	3043557824	Padre.	Cristian Calderón
8	Jennifer Castro	1067593023	2	4	2	4	5	2	3	3136422394	Madre	Jennifer castro.
9	Hedeber Hidalgo	1065616349	1	5	2	4	5	1	3	3135716388	padre	Hedeberts.
10	Rafael Mejia Meza	1065638394	1	5	2	4	5	1	3	3022647347	Padre	Rafa Mejia.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Información en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO: intervencion ludica para la promoción de la alimentacion saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Calderon FECHA: 22 octubre 2025 LUGAR: COI Caricias de amor

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Riseth Morales	1192729370	2	4	2	1	5	1	3	3005547030	Madre	
2	Eisela Martinez Diaz	1063635068	2	5	2	9	5	1	3	3002770509	Madre	
3	Maria jose Ipuana	1006886937	2	5	2	2	5	2	3	3146943001	Madre	
4	Jessica Rodriguez	1065621553	2	5	2	4	1	2	3	3017897157	Madre	
5	Yarleiy Ramirez H	1065687059	2	5	2	4	1	1	3	3025457661	Madre	
6	Sandy Barrera O.	1192759075	2	4	2	4	5	1	3	3015863584	madre	
7	Yadira Martinez	49781131	2	5	2	4	1	2	3	3207354684	madre	
8	Sandrith Uribe	1141849906	2	4	2	4	5	1	3	3203699552	mamá	
9	Rubys Mercado V.	49773526	2	3	2	4	5	2	3	3016755928	Abuela	
10	Andrec Navarro	1193105024	1	4	2	4	3	1	3	3235188484	papá	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ___ REUNION: ___ CAPACITACION: ___ OTRO: X CUAL?: Información en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Intervencion ludica para la promocion de la alimentacion saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedon FECHA: 22 octubre 2025 LUGAR: CDI Caricias de amor.

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Michel Barraza	1067603363	2	3	2	4	5	2	3	3127391086	Tia	Michel Barraza
2	Adriana Hernandez	1003235406	2	4	2	4	5	1	3	3013427294	Madre	Adriana Hernandez
3	David Morelo	77008136	1	6	2	4	5	1	3	3176361694	Abuelo	David Morelo.
4	Cesar Cortecera M	77144168	1	6	2	4	5	1	3	3024540791	Abuelo.	
5	Eliana Sanguino	1004818709	2	5	2	4	1	2	3	3127168501	Madre.	Eliana S.
6	Estefany Quintero	1065818262	2	5	2	4	5	1	3	3172857940	Madre	Estefany Q.
7	Maria camila Perez L	1065837640	2	5	2	4	1	1	3	3204140362	Madre	MariCam R lopez
8	Liceth Diaz Ospino	1064715836	2	5	2	4	5	1	3	3106806792	Madre	Liceth Diaz O.
9	Argeny Wolf	1065611809	2	5	2	4	1	2	3	3166346469	Madre	Argeny Wolf.
10	Alyx Castro R.		1	5	2	4	5	1	3	3239732792	padre.	Alyx Castro.R.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Información en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Intervención lúdica para la promoción de la alimentación Saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedón FECHA: 22 octubre 2025 LUGAR: CDI Canicas de amor.

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. O-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Yoselis Quintero	6818884	2	4	2	4	5	2	3	3136318973	Madre.	
2	Emeli García	1065837350	2	4	2	4	5	1	3	3027282203	Madre	Emeli García
3	Angie Atuno	1065637350	2	4	2	4	5	1	3	3014296124	Madre	Angie Atuno.
4	Dayana Machuca	1007835696	2	5	2	4	5	1	3	3122650201 3009810729	Madre	Dayana
5	Marluz Camacho	1003241759	2	4	2	4	5	1	3	3009810729	Madre	Marluz C.
6	Francy Helena Gomez	1093737776	2	4	2	4	5	1	3	3014435633	Madre	francy Gomez
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE
VALLEDUPAR
SALUD

ACTIVIDAD

Realizar treinta (30) intervenciones lúdicas para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores de IE y programas del ICBF, entre otras.

HOGAR INFANTIL LAS DALIAS SEDE 2

HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

Valledupar te cuida

PIC
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

ÁREA:	SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL						
LUGAR:	*Hogar Infantil Las Dalias Sede 2*		**FECHA**	23 Octubre 2025	**HORA INICIO**	8:00 a.m	
					HORA FINAL	9:00 a.m	
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACIÓN**		**CARACTERIZACIÓN**	
	DIÁLOGO		**VISITA**		**OTRA/CUÁL:**	Intervención lúdica		
TEMA:	Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores.						
OBJETIVO:	Promover en los padres de familia y cuidadores de los niños y niñas del hogar infantil Las Dalias sede 2, el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables para la alimentación de los niños.						
POBLACIÓN OBJETIVO:	Padres de familia y cuidadores de los niños y niñas del hogar infantil Las Dalias sede 2						

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Mediante oficio de presentación de la actividad y solicitud de espacio para su realización, se concerta la intervención lúdica con la enfermera de apoyo al componente de salud y nutrición Mercedes Calle del hogar infantil Las Dalias sede 2 ubicada en el sector del barrio los fundadores 1

La intervención se realiza en un ambiente festivo, al aire libre con motivo de la conmemoración del día mundial de la alimentación.
Con el acompañamiento y participación de la auditora Larisa Calderón de la secretaria de salud municipal se da inicio a la actividad con palabras de bienvenida a cargo de la nutricionista del área de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), quien presenta el propósito de la intervención, destacando que esta hace parte del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) ejecutado por la Secretaría de Salud de Valledupar y el Hospital Eduardo Arredondo Daza, bajo la coordinación de la Administración Municipal del alcalde Ernesto Orozco, a través del área de Seguridad Alimentaria y Nutricional, en el marco de la estrategia *"Salud al Cole – Valledupar te Cuida."*

De manera teórica se da un espacio para abordar los siguientes temas:

1. **Diferencia entre comer y alimentarse:** Se le pregunta a los asistentes si conocen las diferencias entre el comer y el alimentarse, de lo cual no se obtuvo una respuesta acertada, por lo cual se explica que comer implica únicamente la acción de ingerir alimentos, mientras que alimentarse significa nutrir el cuerpo con los nutrientes necesarios para mantener la salud. Se reflexiona sobre la importancia de una alimentación variada, equilibrada y natural.
2. **¿Qué son los productos ultraprocesados?:** Se indaga con los asistentes sobre los conocimientos que tienen acerca de los productos ultraprocesados, respondiendo un padre de familia, que son alimentos que contienen muchas sustancias perjudiciales para la salud. Esta intervención se refuerza diciéndoles que son aquellos productos que contienen altos niveles de azúcares, grasas, sodio y aditivos, explicando que su consumo frecuente se asocia a enfermedades crónicas como obesidad, hipertensión, enfermedades cerebrovasculares y diabetes.
3. **Efectos del consumo excesivo de ultraprocesados:** Los padres de familia relacionan el consumo de estos productos con diversas enfermedades crónicas, metabólicas y nutricionales.
   Se destaca cómo estos alimentos afectan el crecimiento y desarrollo infantil, alteran los hábitos alimentarios y desplazan el consumo de alimentos naturales como frutas, verduras, carnes y granos integrales.

4. **Lectura del etiquetado nutricional:**
   Se presentan los elementos que componen una etiqueta: tabla nutricional. lista de ingredientes. porciones, sellos de advertencia y declaraciones nutricionales.
5. **Diferencias entre etiqueta y etiquetado:**
   Se explica que la etiqueta es el rótulo físico del producto, mientras que el etiquetado es la información nutricional y sanitaria que esta contiene.
6. **Sellos frontales de advertencia:**
   Se da a conocer que la Resolución 2492 de 2022 reglamenta los sellos de advertencia *"Exceso en azúcares", "Exceso en sodio", "Exceso en grasas saturadas", "Exceso en grasas trans" y "Exceso en calorías".*
   Se discute su importancia, los productos que los contienen y los efectos que su consumo puede generar en la salud del consumidor. En esta intervención se les muestra a los participantes cada sello de advertencia y se les pregunta con que enfermedades relacionan el consumo en exceso de las sustancias que nos presentan los sellos, respondiendo de manera acertada y manifestando su preocupación ante el abuso de la población infantil en el consumo de los productos que los contienen.
7. **Mensajes clave para una alimentación saludable:**
   A través de un folleto educativo se brindan recomendaciones nutricionales basadas en las Guías Alimentarias para la Población Colombiana, se explica el Plato Saludable de la Familia Colombiana y se comparten ejemplos de menús saludables para los niños y niñas y los siguientes mensajes:

"Para crecer y mantenerte fuerte y saludable, consume alimentos naturales, frescos y variados, tal como lo indica el plato saludable de la familia colombiana"

"Los alimentos sin procesar (frescos y naturales), como verduras, legumbres, granos, frutas, nueces, raíces, tubérculos, carne, pescado, leche, huevos y platos preparados con esos alimentos, se recomiendan para el consumo diario como parte de una alimentación sana y variada. Estos alimentos favorecen la salud y previenen la aparición de enfermedades"

INTERVENCIÓN LÚDICA – "¡DESAFÍO SALUDABLE!"

Se implementa una dinámica participativa tipo reto, denominada **"¡Desafío Saludable!"**, en la que los asistentes se dividen en 2 equipos. La actividad consiste en escuchar una pregunta y correr hacia una campana ubicada en el centro del espacio. El primer participante en hacerla sonar tiene la oportunidad de responder la pregunta relacionada con el tema, apoyado por su equipo. Esta estrategia permite reforzar los conocimientos adquiridos de manera divertida, fomentando el trabajo en grupo, el entusiasmo y la apropiación del contenido.

Los participantes se organizan en 2 equipos divididos de manera equitativa entre los participantes y cada uno asigna un nombre y escogen un líder de equipo el cual se encarga de realizar el reto en nombre de su equipo:

Equipo 1. "Los más saludables"

Equipo 2. "Los más nutritivos"

La actividad consta de un reto de 4 rondas de preguntas tipo verdadero/falso, opción múltiple y desafíos rápidos, cerrando con una pregunta reflexiva sobre la importancia de leer etiquetas antes de comprar.

1. **Ronda 1: Verdadero o Falso**
   - "Los sellos de advertencia solo aplican a productos frescos" → **FALSO**
     Si falla, no hay punto y se continua con la siguiente ronda.

2. **Ronda 2: Opción Múltiple**
   - ¿Qué indica un sello que dice "Exceso en sodio"?
     a) Tiene poca sal
     b) Es bajo en sodio
     c) Tiene mucha sal (✓ respuesta correcta)

d) No tiene sal
Si fallan, el turno pasa al siguiente equipo.

3. **Ronda 3: Reto Rápido**
   - El equipo tiene 30 segundos para mencionar **5 alimentos saludables** y **3 productos que usualmente tienen sellos de advertencia.**
     Pasado el tiempo sin respuesta cede el turno al otro equipo

4. **Gran Final: Pregunta de reflexión**
   - Cada equipo responde por turnos:
     "¿Por qué es importante leer las etiquetas antes de comprar un producto para los niños?"

Cada líder de equipo corre hasta alcanzar y tocar la campana cuando escucha la pregunta. Una vez toca la campana debe responder a la pregunta correspondiente con el apoyo del resto del equipo. Por cada pregunta acertada se asigna un punto.

Resultados:

Gana el equipo que responda el mayor número de preguntas contestadas.

- El equipo **"Los más nutritivos"** resultó ganador, acertando la totalidad de las preguntas.

Esta intervención fue enriquecedora y permitió generar un diálogo significativo entre los participantes,

El desarrollo de la intervención lúdica resulta favorable debido al espacio en el que se lleva a cabo, ya que los participantes pueden correr y realizar los retos libremente, sin obstáculos, al aire libre.

Durante la actividad se evidencia entusiasmo, cooperación y comprensión del tema. La participación fue masiva contando con cerca el 50% de los padres de familia y talento humano perteneciente al hogar infantil (41 participantes) la dinámica se desarrolló de manera exitosa y enriquecedora.

CIERRE Y REFLEXIÓN

Durante el cierre de la actividad se despide a los participantes con las siguiente palabras:

"Muchas gracias por su participación activa en esta actividad. Hoy, como cuidadores y padres, dieron un paso muy importante para proteger la salud de sus hijos. Aprendimos a leer etiquetas, a identificar productos con sellos de advertencia, y a elegir mejor los alimentos que llegan a nuestras casas.

Recuerden: cada decisión que tomamos en el mercado o en la tienda tiene un impacto directo en el bienestar de los niños y niñas. ¡Ustedes son los primeros defensores de una alimentación saludable!

Los participantes despiden la intervención con aplausos y agradecidos por el espacio informativo y recreativo que han tenido en este momento.

REGISTROS FOTOGRÁFICOS

Intervención lúdica hogar infantil Las Dalias sede 2
23 octubre 2025 fundadores 1













ANEXOS:	Oficio de concertación			
RESPONSABLE DEL DILIGENCIAMIENTO DEL ACTA	**Firma:**	Olga Yesenia Díaz Celedon CC 1050918750.		
	Nombre:	Olga Yesenia Díaz Celedon		
VALIDADORES DEL ACTA	**NOMBRE**	**CARGO / ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	Mercedes Calle	Enfermera hogar infantil Las Dalias	26688095	Mercedes Calle C.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Informacion en salud

NOMBRE DEL EVENTO: Intervencion ludica para la promoción de la alimentación Saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedón FECHA: 23 Octubre 2025 LUGAR: Hogar Infantil las Dalias Sede 2

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Natalia Otalvaro	1065841194	2	4	2	4	5	1	3	3243106889	Madre Flia.	Natalia Otálvaro
2	Betsi Rubiola	1067590522	2	4	2	4	5	2	3	3242531588	Madre Flia	Liliana R.
3	Yinarys Galindo	1065809043	2	5	2	4	5	1	3	3023021935	Madre Flia.	Ginarys Galindo
4	Nataly Herrera	1065843457	2	4	2	4	5	1	3	3209549466	Madre Flia	Nathaly Herrera
5	Estefanny Cuello	1066281598	2	4	2	4	5	2	3	3188885865	Madre Flia.	Estefanny Cuello
6	Yurlei Campos	1065653943	2	5	2	4	1	2	3	3114036502	Madre Flia.	Yurley CAMPO
7	Mary Rosado	1193547269	2	4	2	4	5	2	3	3045856943	Madre Flia	Mary Rosado.
8	Bleydi Ramirez	39461699	2	5	2	4	5	2	3	3205641554	Madre Flia.	Bleidis Ramirez
9	Sandra Cruz	49768258	2	5	2	4	5	1	3	3016626214	Madre Flia.	Sandra Cruz
10	Anyeline Reano	1121528384	2	4	2	4	5	2	3	3046829365	Madre Flia	Angeline Reano M.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:___ REUNION:___ CAPACITACION:___ OTRO: X CUAL?: Informacion en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedon FECHA: 23 Octubre 25 LUGAR: Hogar infantil las palmas - Fundadores Sede 2.

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Ingris Redondo	49790306	2	5	2	4	5	2	3	3136889170	Madre Flia.	Ingr. Redondo P
2	Esneider Ibarra Conrado	1.065571.863	1	5	2	4	5	2	3	3015763444	Padre Flia.	
3	Kiara Simanca	1047396624	2	4	2	4	1	1	3	3052744177	Madre Flia.	Kiara Simanca
4	Jesica Ramirez	1065650184	2	5	2	4	5	1	3	3005750235	Madre Flia.	Jesica Ramirez
5	Maricruz Quintero	1065614545	2	5	2	4	1	2	3	3114366838	Madre Flia.	Mary cruz Q.
6	Victor Lopez	1065822278	1	5	2	4	5	1	3	3225471057	Padre Flia.	
7	Lina Herrera	1065842115	2	4	2	4	5	1	3	3044755945	Madre Flia.	Lina Guerrero H.
8	Keila Freile	1082893231	2	5	2	4	5	1	3	3122441712	Madre Flia.	Keila Freile
9	Emilis Alvarez	1065593140	2	5	2	4	5	1	3	3136771791	Madre Flia.	Emilis Alvarez
10	Sugei Conde	1121328824	2	5	2	4	5	2	3	3025291924	Madre Flia.	Sugey conde G.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Informacion en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Intervencion Vdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños.

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedón FECHA: 23 octubre 2025 LUGAR: Hogar infantil Las Dalias Sede 2.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. O-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Sandra Silva	1065598724	2	5	2	4	5	2	3	3202607404	Madre Flia.	Sandra Silva M
2	Maria Isabel Galindo	1065630870	2	4	2	4	5	2	3	3246464609	Madre Flia.	Maria Isabel
3	Elkin Sierra	1062809073	1	5	2	1	1	1	3	3506351242	Padre Flia.	Elkin D. O.
4	Carmen Gomez	49775338	2	5	2	4	5	1	3	3046395187	Madre Flia.	Carmen Gomez
5	Elibeth Mejia.	1065852181	2	4	2	4	1	1	3	3115501786	Madre Flia.	Elibeth Myra DeLuque
6	Daniela Angel	1122509728	2	4	2	4	1	1	3	3024824094	Madre Flia	Daniela Angel.
7	Gala Martinez	26954191	2	6	2	4	5	2	3	3185216427	Bisa Abuela	Gala Martinez
8	Deinireth Sanchez	1126121852	2	4	2	4	1	1	3	3218739619	Madre Flia.	Deinireth Sanchez.
9	Viviana Rodriguez	1065809080	2	5	2	4	5	1	3	3004066533	Madre Flia.	Viviana Rodriguez
10	Ridianis Palacio	1119817710	2	5	2	4	5	1	3	3044394543	Madre Flia	Ridianis Palacio

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: ____ CUAL?: X Información en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Intervención ludica para la promoción de la alimentación saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedon FECHA: 23 octubre 2025 LUGAR: Hogar infantil las palias sede 2.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Ana Gutierrez	32738057	2	5	2	4	5	1	3	3015541473	Madre Flia.	Ana Gutierrez
2	Lina Noriega	1121306622	2	5	2	4	5	1	3	3022659890	Madre Flia.	Lina Noriega
3	Judith Mendoza	49735354	2	6	2	4	5	1	3	3173270470	Abuela.	
4	Escarlett Sarmiento	1065821403	2	5	2	4	1	2	3	3239510964	Madre Flia	Escarlett. Sarmiento
5	Arnaldo Perez	1065659175	1	5	2	4	1	1	3	3244093354	Padre Flia	
6	Hernan Cordoba	77189124	1	5	2	1	5	1	3	3183770754	Padre Flia.	
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:___ REUNION:___ CAPACITACION:___ OTRO: X CUAL?: Infomación en Salud

NOMBRE DEL EVENTO: Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños.

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedón FECHA: 23 octubre 2025 LUGAR: Hogar Infantil Las Palias Sede 2.

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Sidney Rodríguez	1121301088	2	5	2	4	1	1	3	3217290320	Docente	
2	Lisbeth Figueroa.	49716559	2	5	2	4	NO	1	3	3016568150	Docente	
3	Gisell Henriquez C.	1065600491	2	5	2	4	5	2	3	3008255110	Psicologa	
4	Katherin Bolt	1065643181	2	5	2	4	5	1	3	3116146465	Aux Pedagoga	
5	Oficeds Pall.	26688093	2	6	2	4	5	1	3	3013981701	Enfermera	
6												
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE
VALLEDUPAR
SALUD

ACTIVIDAD

Realizar treinta (30) intervenciones lúdicas para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores de IE y programas del ICBF, entre otras.

HOGAR INFANTIL LAS DALIAS SEDE 1

HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

Valledupar te cuida

PIC
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

ÁREA:	SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL						
LUGAR:	*Hogar Infantil Las Dalias Sede 1*		**FECHA**	24 Octubre 2025	**HORA INICIO**	9:00 a.m	
					HORA FINAL	10:00 a.m	
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACIÓN**		**CARACTERIZACIÓN**	
	DIÁLOGO		**VISITA**		**OTRA/CUÁL:**	Intervención lúdica		
TEMA:	Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores.						
OBJETIVO:	Promover en los padres de familia y cuidadores de los niños y niñas del hogar infantil Las Dalias sede 1, el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables para la alimentación de los niños.						
POBLACIÓN OBJETIVO:	Padres de familia y cuidadores de los niños y niñas del hogar infantil Las Dalias sede 1						

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Se realiza la actividad concertada con la enfermera de apoyo al componente de salud y nutrición, Mercedes Calle. La intervención lúdica se desarrolla en el marco de la conmemoración del Día Mundial de la Alimentación. Para esta ocasión, el hogar infantil prepara previamente la ambientación del lugar, disponiendo mesas y alimentos saludables en estilo buffet, con el objetivo de mostrar y ofrecer a los participantes diversas opciones nutritivas y, de manera pedagógica, orientarlos hacia la adopción de hábitos alimentarios saludables.

Se da inicio a la actividad con palabras de bienvenida a cargo de la nutricionista del área de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), quien presenta el propósito de la intervención, destacando que esta hace parte del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) ejecutado por la Secretaría de Salud de Valledupar y el Hospital Eduardo Arredondo Daza, bajo la coordinación de la Administración Municipal del alcalde Ernesto Orozco, a través del área de Seguridad Alimentaria y Nutricional, en el marco de la estrategia *"Salud al Cole – Valledupar te Cuida."*

Posteriormente mediante una presentación teórica se explica a los participantes que el objetivo de la actividad es promover en padres y cuidadores el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables para la alimentación de los niños.

Se abordan los siguientes temas:

- Diferencias entre comer y alimentarse.
- ¿Qué son los productos ultraprocesados?
- Efectos del consumo excesivo de estos productos.
- ¿Qué información nos brindan los sellos frontales de advertencia?
- ¿Cuál es la diferencia entre etiqueta y etiquetado?
- Que es un etiquetado nutricional y como está compuesto
- Descripción de los 5 sellos de advertencia. Porque son críticos, que productos los contienen, que efectos perjudiciales tienen para la salud del consumidor.
- Mensajes claves para adoptar una alimentación saludable.

Se brindan las siguientes recomendaciones:

- Reducir el consumo de productos ultraprocesados en el hogar, priorizando alimentos frescos y naturales.
- Enseñar a sus hijos e hijas a identificar los sellos de advertencia y explicarles su significado de forma sencilla.
- Leer siempre el etiquetado frontal de advertencia antes de adquirir alimentos o bebidas para sus hijos e hijas.
- Participar activamente en futuras actividades que promuevan la salud y nutrición de sus hijos.
- Compartir con otros miembros de la familia lo aprendido durante la actividad, promoviendo hábitos saludables en todo el entorno familiar.
- Consultar a los profesionales de salud o nutrición cuando tengan dudas sobre el etiquetado nutricional o la alimentación infantil.
- Aumentar la oferta de alimentos saludables en casa, como frutas, verduras, agua y preparaciones caseras.

INTERVENCIÓN LÚDICA – "¡DESAFÍO SALUDABLE!"

Una vez finalizada la parte teórica de la intervención, se invita a los participantes a realizar la actividad lúdica denominada "Desafío Saludable" cuyo objetivo es reforzar sus conocimientos mediante una competencia interactiva por equipos utilizando materiales como una campana, tarjetas con preguntas, tablero de puntaje. Para el desarrollo de la actividad los participantes se organizan en 2 equipos y cada uno escoge 1 nombre creativo relacionado con la temática y un líder de grupo que los representa.
La actividad consta de un reto de 4 rondas de preguntas tipo verdadero/falso, opción múltiple y desafíos rápidos, cerrando con una pregunta reflexiva sobre la importancia de leer etiquetas antes de comprar.

1. **Ronda 1: Verdadero o Falso**
   -
   - "Los sellos de advertencia solo aplican a productos frescos" → **FALSO**
     Si falla, no hay punto y se continua con la siguiente ronda.

2. **Ronda 2: Opción Múltiple**
   - ¿Qué indica un sello que dice "Exceso en sodio"?
     a) Tiene poca sal
     b) Es bajo en sodio
     c) Tiene mucha sal (✓ respuesta correcta)
     d) No tiene sal
     Si fallan, el turno pasa al siguiente equipo.

3. **Ronda 3: Reto Rápido**
   - El equipo tiene 30 segundos para mencionar **5 alimentos saludables** y **3 productos que usualmente tienen sellos de advertencia.**
     Pasado el tiempo sin respuesta cede el turno al otro equipo

4. **Gran Final: Pregunta de reflexión**
   - Cada equipo responde por turnos:
     "¿Por qué es importante leer las etiquetas antes de comprar un producto para los niños?"

Cada líder de equipo corre hasta alcanzar y tocar la campana cuando escucha la pregunta. Una vez toca la campana debe responder a la pregunta correspondiente con el apoyo del resto del equipo. Por cada pregunta acertada se asigna un punto.

Esta intervención fue enriquecedora y permitió generar un diálogo significativo entre los participantes. Durante la actividad se cuenta con la participación de 17 padres de familia en los cuales resulta una dinámica exitosa y enriquecedora.

Despedida

Durante el cierre de la actividad se despide a los participantes con las siguiente palabras:

Les agradecemos su tiempo, su disposición y los invitamos a seguir siendo promotores de buenos hábitos en sus hogares y comunidades. ¡Hasta pronto y felicitaciones por convertirse en verdaderos *héroes de la alimentación saludable*!"

Recuerden: cada decisión que tomamos en el mercado o en la tienda tiene un impacto directo en el bienestar de los niños y niñas. ¡Ustedes son los primeros defensores de una alimentación saludable!

REGISTROS FOTOGRÁFICOS

Intervención lúdica hogar infantil Las Dalias sede 1, 24 octubre 2025 fundadores 2













ANEXOS:	Oficio de concertación			
RESPONSABLE DEL DILIGENCIAMIENTO DEL ACTA	**Firma:**	Olga Yesenia Díaz Celedon CC 1050918950.		
	Nombre:	Olga Yesenia Díaz Celedon		
VALIDADORES DEL ACTA	**NOMBRE**	**CARGO / ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	Mercedes Calle	Enfermera hogar infantil Las Dalias	26688095	Mercedes Calle G.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Informacion en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedon FECHA: 24 octubre 2025 LUGAR: Hogar infantil las dalias sede 1

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	INGRID FIGUEROA E	1.065628476	2	5	2	4	5	2	3	3024594322	H.I LAS DALIAS	
2	Ingris Barroso G.	1.065600339	2	5	2	4	5	2	3	3015697335	H.I Las Dalias	Ingris B.
3	Cirleys Castro V.	1065630116	2	5	2	4	5	1	3	3014547777	H I L D.	Cirleys Castro
4	Jeceth Fonseca	1065647769	2	5	2	4	5	1	3	3033321855	H I las dalias	Jeceth Fonseca
5	Eric Joan Zarate Heredia	1067710258	1	5	2	4	5	1	3	3207696666	H.I LAS Dalias	Eric
6	Julieth Amaya	1018981409	2	5	2	4	5	1	3	3002872503	H.I las Dalias	Julieth
7	Carlos Acosta	1065991150	1	5	2	4	5	1	3	3162294995	HI L D	C S Acosta
8	Cindes U. Diaz	44263418	2	5	2	4	5	1	3	3046788	H I L D	Cindes Diaz
9	Lorelnis Arias	1133599506	2	4	1	2	5	2	0	3202000133	H I las dalias	Lorelnis Arias.
10	Elam Navarro	1065832651	2	4	2	4	5	1	3	3005709836	H I dalias	Elam Navarro

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Información en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Intervención lúdica para la promoción de la alimentación saludable en los niños

RESPONSABLE: Olga Yesenia Diaz Celedon FECHA: 24 octubre 2025 LUGAR: Hogar infantil las Dalias sede 1

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	MARYI corzo clavijo	1065637160	2	5	NO	4	5	2	3	3013831690	H. I (A) DALIAS.	MARYI CORZO
2	Andrea Perez T	1065646917	2	5	NO	4	5	1	3	3152850070	H I La Dalias	Andrea
3	Yuhellis Corzo	1003087429	2	4	NO	4	1	2	3	3235877331	H I las Dalias	Yuhellis Corzo
4	Daniadis Molinaz	1143487032	2	4	NO	4	1	2	3	3242915378	H I las Dalias	Daniadis Molinaz
5	Lesly Serrano	1095791722	2	4	NO	4	5	1	3	3018923561	H I las dalias	Lesly Serrano
6	Jose Manosalva	1065818677	M	4	NO	4	5	2	3	3166066436	H I las dalias	
7	Tatiana Gonzalez	1065811459	2	1	NO	4	5	1	3	3014075091	las dalias	Tatiana Gonzalez
8												
9												
10												

"Salud al cole Valledupar te cuida"



Seguridad alimentaria y nutricional

Alcaldía de Valledupar
Secretaria de salud de Valledupar
Hospital Eduardo Arredondo Daza
Plan de intervenciones colectivas
2025

Objetivo general de la actividad

Promover en padres y cuidadores el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables para la alimentación de los niños.

"No es lo mismo comer que alimentarse"

Al comer, calmas el hambre sin tener en cuenta si lo que ingieres es bueno o perjudicial para tu salud. En cambio, al alimentarte, le das a tu organismo los nutrientes necesarios para crecer, tener energía para las labores diarias, mantenerte sano(a) y prevenir enfermedades.

PIC

¿Cómo diferencias los comestibles de los alimentos reales?

COMESTIBLES



Características

- Elaboración artificial.
- Contienen exceso de azúcar, grasa, sal y químicos que permiten su conservación por largo tiempo.
- Su consumo frecuente y en exceso puede producir aumento de peso, hipertensión, diabetes y cáncer.

ALIMENTOS



Características

- Provienen de la naturaleza.
- Contienen nutrientes, vitaminas, minerales, fibra y agua.
- Su consumo frecuente favorece el crecimiento y la salud.

¿Qué quiere decir productos "ultra procesados"?

Son productos comestibles que están fabricados con ingredientes artificiales y químicos, que contienen poco o ningún alimento natural. Por lo general, vienen empacados, envasados o enlatados, y suelen tener exceso de azúcares, sodio, grasas o edulcorantes. El consumo frecuente y en altas cantidades de estos productos afecta la salud.

PIC

ETIQUETA

Es el material (papel o calcomanía) impreso, marcado o adherido al envase de un producto comestible o bebida (1).



ETIQUETADO

Es la información acerca del producto escrita en el papel de la etiqueta (1).

¿Cuál es la diferencia entre etiqueta y etiquetado?

Los productos ultraprocesados deben cumplir con los requisitos de etiquetado, donde los fabricantes informan las características generales, el contenido nutricional, así como el exceso de azúcares, sodio, grasas y la presencia de edulcorantes, entre otros aspectos.

Resolución 2492 de 2022



EL ETIQUETADO NUTRICIONAL

Describe el contenido y las propiedades nutricionales de un producto alimenticio, ya sea comestible o bebible.

El etiquetado nutricional se presenta como una tabla que informa sobre los siguientes componentes:

Información Nutricional		
Tamaño de porción: 1 unidad (40 g) Número de porciones por envase: Aprox. 2		
Calorías (kcal)	Por 100 g	Por porción
	261	101
Grasa total	13	5.2
Grasa insaturada	3.0	2.0
Grasa saturada	6.0	2.4
Grasa trans	820 mg	328 mg
Carbohidratos totales	31 g	12 g
Fibra dietara	0.8 g	0.3 g
Azúcares totales	5.0 g	2.0 g
Azúcares añadidos	2.0 g	0.8 g
Proteína	5.0 g	2.0 g
Sodio	560 mg	240 mg
Vitamina A	3.0 ER	1.2 ER
Calcio	400 mg	160 mg
Hierro	4.0 mg	1.6 g
Vitamina D	5.0 g	2.0 g
Vitamina B1	1.01 g	0.41 g
Zinc	4.0 mg	1.6 mg

1. Título
2. Tamaño de la porción y número de porciones por envase
3. Calorías
4. Grasas
5. Carbohidratos
6. Fibra dietaria
7. Azúcares
8. Proteína
9. Sodio
10. Vitaminas y minerales

EL ETIQUETADO NUTRICIONAL

Para **comprender el etiquetado nutricional,** es importante tener en cuenta que:

La información calórica le indica el número de calorías en 1 porción.

- Para saber si un nutriente es bajo o alto, se puede usar el porcentaje del valor diario (%VD): 5% o menos es bajo, y 20 % o más es alto.

El total de carbohidratos está listado en letra negrilla para que se destaque y se mide en gramos (g). El azúcar, el almidón y la fibra vegetal conforman los carbohidratos totales que aparecen en la etiqueta. El azúcar aparece por separado. Todos estos carbohidratos excepto la fibra elevan su azúcar en la sangre.

Preste atención especial a la cantidad de grasa saturada en 1 porción.
Escoja alimentos que sean bajos en grasa saturada. Por ejemplo, tome leche descremada o al 1% en lugar de leche al 2% o leche entera. La leche descremada tiene sólo una pequeña cantidad de grasa saturada. La leche entera tiene 5 gramos de esta grasa por porción.

Si un alimento contiene estas grasas, la cantidad aparecerá en la etiqueta debajo de la grasa total. Las grasas se miden en gramos. Busque alimentos que no tengan grasas trans o que tengan un contenido bajo de ellas (1 gramo o menos).

EL ETIQUETADO NUTRICIONAL

El sodio es el ingrediente más importante de la sal. Este número es particularmente importante para las personas que estén tratando de consumir menos sal en su alimentación. Una etiqueta que diga que un alimento tiene 100 mg de sodio significa que este tiene aproximadamente 250 mg de sal. Usted debe consumir menos de 2,300 mg de sodio al día. Esta es la cantidad de sodio en 1 cucharadita de sal de mesa.

Información nutricional
Tamaño de la porción 1/4 de taza (113 g)
Porciones por envase 8

Cantidad por porción	
Calorías 100	Calorías de las grasas 20
	% de valor diario*
Grasa total 2g	**3%**
Grasas saturadas 1.5g	**7%**
Grasas *trans* 0g	
Colesterol 10mg	**3%**
Sodio 460mg	**19%**
Total de carbohidratos 4g	**1%**
Fibra 0g	**0%**
Azúcares 4g	
Proteína 16g	
Vitamina A 0% •	Vitamina C 0%
Calcio 8% •	Hierro 0%

*Los porcentajes de valores diarios se basan en una dieta de 2.000 calorías

APROPIA

EL ETIQUETADO FRONTAL
consiste en unos símbolos de color negro de forma octagonal que te **advierten** cuando un comestible o bebida envasada presenta un **exceso de nutrientes y/o componentes críticos** (20).

Los nutrientes críticos son aquellos que, cuando se comen en cantidades mayores a las recomendadas, se consideran como factores de riesgo asociados con enfermedades. Estos son: sodio, azúcares añadidos, grasas saturadas, grasas trans, edulcorantes.



En nuestro país se identifican estos cinco sellos de color negro en forma octagonal[2], que incluyen las leyendas "Exceso en" y "Contiene edulcorantes". En la parte inferior, se registra MINSALUD (3).



El consumo repetido y frecuente de productos con tan solo uno de estos sellos frontales se asocia con la aparición de sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión arterial, cáncer, y enfermedades del corazón, cerebro, riñones y huesos (20).

Porque en los niños puede afectar su salud desde pequeños y aumentar el riesgo de enfermedades a futuro.



PIC

¿Qué es el sodio?

Es un mineral importante para mantener el equilibrio de los líquidos en el cuerpo humano. El sodio es un componente de la sal.

¿Por qué es un nutriente crítico?

Aunque tu cuerpo necesita una pequeña cantidad de sodio para funcionar adecuadamente, su consumo excesivo "arrastra" agua hacia el torrente sanguíneo y aumenta el volumen de sangre, lo que causa la elevación de la presión arterial, también llamada hipertensión arterial.

A su vez, la hipertensión arterial aumenta el riesgo de ataques cardíacos, derrames cerebrales y de enfermedades renales. El exceso de sodio también puede causar cáncer de estómago.



¿Qué productos tienen la etiqueta "Exceso en sodio"?

Los productos de paquete (papas fritas, galletas, snacks); embutidos (salchichas, salchichón, jamon, mortadela, hamburguesas); enlatados, quesos, productos de panadería empacada, pizza, galletas, tortas, cereales, salsas, sopas de sobre y productos promocionados como light o reducidos en calorías.

PIC

¿Para qué lo usa la industria alimentaria?

Se utiliza para curar carne, hornear, espesar, conservar la humedad, resaltar el sabor de otros ingredientes y conservar los alimentos.

Otros nombres para el sodio:

En la lista de ingredientes puede aparecer como: glutamato monosódico, bicarbonato de sodio, nitrito de sodio, o benzoato de sodio.



¿Cómo saber cuándo un producto tiene "Exceso en sodio"?

El sello "**Exceso en sodio**" advierte que el producto contiene:

- Más de 1 mg de sodio por cada caloría.
- Igual o mayor a 300 mg de sodio por cada 100 g de producto.
- Igual o mayor a 40 mg por cada 100 ml de bebidas no alcohólicas sin calorías.

¿Qué son los azucares añadidos?

Son aquellos que **no** existen naturalmente en un alimento o bebida, pero se añaden durante su procesamiento. Estos agregan calorías al producto, pero aportan poco valor nutricional.

¿Por qué son nutrientes críticos?

Porque aportan calorías sin otros nutrientes, llamadas "calorías vacías". Es decir, no te alimentan, solo te aumentan de peso e incrementan el riesgo de enfermedades del corazón, diabetes y cáncer de la vesícula biliar. También producen caries dentales.



¿Qué productos contienen "Exceso en azúcares"?

Las gaseosas, refrescos, jugos ultra procesados, té, aguas y leches saborizadas, bebidas deportivas y/o energizantes, golosinas, bombones, cereales, panes ultra procesados, galletas, pasteles, donas, helados, chocolatinas, y salsas ultra procesadas.

¿Para qué los usa la industria?
Añadir azúcares aporta un sabor dulce que hace a los productos sean mas apetitosos. Ademas, da textura y color a los productos horneados, alarga su conservación y, por lo tanto, su fecha de vencimiento.

Nombres para los azúcares que se añaden a los ultraprocesados:

Para identificarlos, busca aquellos que terminan en "osa", como sacarosa, dextrosa, maltosa, fructosa, también se les conoce por otros nombres como jugo de caña, jarabe de caña, jarabe de maíz, jarabe de maíz de alta fructosa, jarabe de arce y melaza. Recuerda que el exceso de azúcar puede aparecer incluso en productos que no tienen un sabor dulce.



¿Cómo saber cuándo un producto tiene "Exceso en azúcares"?
El sello "Exceso en azúcares" indica que en el producto: De cada **100 calorías** que tiene un alimento, **10 o más provienen de los azúcares añadidos.**

¿Qué son las "Grasas saturadas"?

Son las grasas de los alimentos que se endurecen a temperatura ambiente y son dañinas para la salud. La mayoría provienen de productos de origen animal, aunque también se encuentran en algunos productos de origen vegetal, como el aceite de palma, coco y las margarinas.

¿Por qué son nutrientes críticos?
Porque se acumulan en el cuerpo y taponan los vasos sanguíneos, impidiendo la llegada de sangre y oxígeno a órganos importantes. Además, aumentan el riesgo de sobrepeso, obesidad, infartos y derrames cerebrales, incluso en personas cada vez más jóvenes.



¿Qué productos contienen "Exceso en grasas saturadas"?
Se encuentran en grandes cantidades en productos de paquete, como papas fritas, galletas, snacks, pastelería, helados, cremas y salsas; embutidos (salchichas, salchichón, jamón, mortadela y hamburguesas), comida rápida y fritos.

¿Para qué los usa la industria?

Porque contribuyen a que los productos se conserven más tiempo sin dañarse en las estanterías de los supermercados. Además, ayudan a mejorar el sabor.

Nombres para las grasas saturadas:

Algunos de los principales son: aceite de coco, aceite de palma, manteca de cerdo y ácido palmítico. Recuerda que la mantequilla y la crema de leche también son altos en grasas saturadas.



¿Cómo saber si un producto tiene "Exceso en grasas saturadas"?

El sello "**Exceso en grasas saturadas**" indica que en el producto:
De cada **100 calorías** que tiene un alimento, **10 o más provienen de las grasas saturadas.**





¿Qué son las grasas trans?

Las **grasas trans** son un tipo de grasa que se forma cuando los aceites vegetales se procesan para que duren más tiempo y no se dañen fácilmente. Se usan en muchos alimentos ultraprocesados como: la comida rápida, especialmente en los fritos, así como en productos de paquete, donas, margarina, crema para el café sin lácteos, crispetas para microondas, pizza congelada, galletas, bizcochos y pasteles. "**Exceso en grasas trans**"

¿Para qué las usa la industria?

Se utilizan con frecuencia porque son más baratos y aumentan el tiempo de conservación de los productos. Algunos restaurantes o cadenas de comida rápida los emplean en sus freidoras porque no necesitan cambiarlos tan frecuentemente como otros aceites.

¿Por qué son nutrientes críticos?

El consumo de productos con el sello "**Exceso en grasas trans**" aumenta el riesgo de infartos del corazón y derrames cerebrales.





Ten en cuenta.....

Las **grasas saturadas y grasas trans** de origen industrial pueden sustituirse por grasas y aceites más saludables, como aguacate, pescado, frutos secos o semillas (maní, almendras, nueces, semillas de girasol, chía, ajonjolí); aceites de maíz, soya, girasol, canola y oliva.

Importante: al elegir un aceite vegetal evita las mezclas de aceites, prefiere aquellos que son puros de una sola semilla.



¿Qué son los edulcorantes?

Son sustancias que le dan o aumentan el sabor dulce a las comidas, en reemplazo de los azúcares o sumados a ellos.

¿Por qué son nutrientes críticos?

Los edulcorantes utilizados por la industria de los alimentos son de **origen artificial.** No tienen ningún valor nutricional y son de 200 a 700 veces más dulces que el azúcar, por lo cual se emplean en pequeñas cantidades.



Aún se desconocen los efectos que el consumo de productos con el sello "Contiene edulcorantes" pueda traer sobre la salud a largo plazo. Sin embargo, se ha encontrado una relación entre la reacción del organismo al "sabor dulce" y la posibilidad de que desencadene los mismos efectos que provoca el consumo de azúcar natural, favoreciendo la preferencia y necesidad de consumir cosas dulces.

No se recomienda el consumo de edulcorantes en niñas, niños y adolescentes, **ya que predispone a un mayor consumo de productos y bebidas azucaradas. Además, puede provocar alergias y asma.** Tampoco se aconseja su uso en mujeres durante el embarazo, **ya que aumenta el riesgo de parto prematuro y posibles alteraciones en el desarrollo del recién nacido.**



¿Qué tipo de productos suelen contener edulcorantes?
Productos etiquetados como **"light", "fit", "diet"** o **"sin azúcar"** suelen contener edulcorantes.

¿Para qué los usa la industria?
Los edulcorantes artificiales endulzan mucho más que el azúcar, por lo que se utilizan en cantidades tan pequeñas que no aportan calorías. Por esta razón, se usan en muchos productos **"light"** o **"sin azúcar"**.

Otros nombres para los edulcorantes:
Aspartame, Acesulfame K, Sucralosa, Sacarina, Maltitol y Estevia.

El sello "**Contiene edulcorantes**" significa que el producto contiene **edulcorantes en cualquier cantidad.**

PIC

Mensajes claves

Prefiere siempre **alimentos naturales y frescos**, como frutas, verduras, cereales integrales, granos, huevos, carnes, pescados, nueces, semillas y lácteos.

Los **alimentos naturales y frescos** contienen una amplia variedad de nutrientes, fibra, vitaminas y minerales que **favorecen la salud**.

Al elegir entre diferentes marcas o productos similares, se pueden comparar las etiquetas y elegir los alimentos que tengan la menor cantidad de azúcares añadidos, grasas saturadas y sodio.

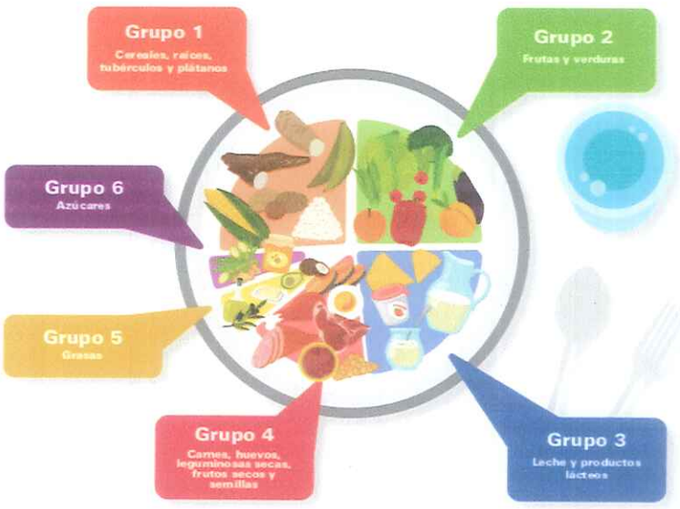
Se debe prestar atención a las grasas trans en cualquier etiqueta de alimentos. Estas grasas elevan el colesterol "malo" y reducen el colesterol "bueno".

Información tomada de la Cartilla ABCD de lectura de etiquetado para familias. Apropia, Busca, Compara y Decide por opciones más saludables Ministerio de Salud y Protección Social.



PIC

"Para crecer y mantenerte fuerte y saludable, consume alimentos naturales, frescos y variados, tal como lo indica el plato saludable de la familia colombiana"



Los alimentos sin procesar (frescos y naturales), como verduras, legumbres, granos, frutas, nueces, raíces, tubérculos, carne, pescado, leche, huevos y platos preparados con esos alimentos, se recomiendan para el consumo diario como parte de una alimentación sana y variada. Estos alimentos favorecen la salud y previenen la aparición de enfermedades.

PIC

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

Recuerden: cada decisión que tomamos en el mercado o en la tienda tiene un impacto directo en el bienestar de los niños y niñas. ¡Ustedes son los primeros defensores de una alimentación saludable!



PIC

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD VALLEDUPAR
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS 2025
FORMATO PLAN DE ACCION

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO DE PRESTACION DE SERVICIOS DE SALUD

OBJETO CONTRACTUAL: PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE SALUD PARA EJECUTAR LAS ACTIVIDADES DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS DE LA SECRETARIA LOCAL DE SALUD DEL MUNICIPIO DE VALLEDUPAR - AÑO 2025.	FECHA DE EJECUCION: OCTUBRE DE 2025

DIMENSIÓN PDSP	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	No. De intervenciones	No. De población intervenida	GENERO		MOMENTO CURSO DE VIDA						ENFOQUE DIFERENCIAL								
				F	M	Primera Infancia 0 a 5	Infancia 6 a 11	Adolescencia 12 a 17	Juventud 18 a 28	Adultez 29 a 59	Vejes 60 años y mas	Victima	Embarazo	LGTBI	PPL	INDIGENA	ROM	AFRO	PCD	OTROS
Seguridad alimentaria y Nutricional.	Realizar treinta (30) intervenciones lúdicas para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores de IE y programas del ICBF, entre otras.	6	164	143	21	0	0	5	67	87	5	54	1	0	0	3	0	5	0	156
		6	164	143	21	0	0	5	67	87	5	54	1	0	0	3	0	5	0	156

INFORME DE EJECUCION DE ACTIVIDADES

1. ACTIVIDAD GENERAL A EJECUTAR

Realizar treinta (30) intervenciones lúdicas para la promoción de la alimentación saludable en los niños, comprensión de la información nutricional, etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas ultra procesados establecidos por la resolución 2492 de 2022. Dirigidas a padres y cuidadores de IE y programas del ICBF, entre otras.

1.1. DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

En el mes de octubre de 2025, en el marco del desarrollo de las actividades del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), ejecutado mediante convenio entre el Hospital Eduardo Arredondo Daza y la Secretaría Local de Salud, bajo la coordinación de la administración municipal liderada por el alcalde Ernesto Orozco, se realizaron seis (6) intervenciones lúdicas dirigidas a padres de familia y cuidadores vinculados al programa de primera infancia del ICBF en el municipio de Valledupar.

Estas intervenciones se desarrollaron con el objetivo de fortalecer conocimientos y prácticas en torno a la alimentación saludable en la primera infancia, así como sensibilizar a los participantes sobre los riesgos del consumo de alimentos ultraprocesados y cómo identificarlos a través del etiquetado frontal de advertencia establecido en la Resolución 2492 de 2022.

Siguiendo las directrices del lineamiento operativo mediante la ficha técnica de actividad especificaciones de sostenibilidad se llevaron a cabo las siguientes acciones para el desarrollo de las intervenciones lúdicas:

1. Planeación y concertación

Se elaboró el documento de planeación metodológica, en el cual se describen todas las acciones para la ejecución de la actividad; el cual fue socializado y aprobado el 13 de mayo 2025 por el coordinador del área de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) y la auditora del área de la Secretaría Local de Salud.

Posteriormente, se realizaron concertaciones institucionales con los representantes de los operadores del ICBF con el fin de coordinar la logística y garantizar la participación activa de padres, madres y cuidadores.

Con base en estas concertaciones, se elaboró el cronograma oficial de las intervenciones, el cual se cumplió a cabalidad en las 6 intervenciones lúdicas realizadas.

2. Metodología de las intervenciones

Se inició cada intervención con una cálida bienvenida a todos los asistentes, seguida de la presentación de la responsable de liderar la actividad del área de seguridad alimentaria y nutricional.
Posteriormente, se brindó una explicación detallada sobre el Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), manifestando que es un convenio administrativo formalizado entre la Secretaría local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza, bajo la coordinación de la administración del señor alcalde de Valledupar, Ernesto Orozco. Este plan tiene como finalidad la ejecución de la estrategia *"salud al cole- Valledupar te cuida"* orientada a mejorar la calidad de vida de la población a través de acciones colectivas en salud.

De manera anticipada, el equipo de logística dispuso cuidadosamente el espacio físico ambientado con un cartel con la frase: *"¡Ser padre saludable es ser un héroe de la nutrición!"* Para facilitar la comprensión, se utilizó como apoyo didáctico la representación de los sellos, permitiendo a los asistentes identificarlos visualmente y aprender a interpretarlos de manera práctica.
Se promovió la lectura de etiquetas como una herramienta clave para la toma de decisiones informadas y saludables.

A continuación se socializó el objetivo general de la actividad, la cual consiste en promover en padres y cuidadores el reconocimiento y la comprensión de la información nutricional y del etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados, de acuerdo con la Resolución 2492 de 2022, fomentando decisiones más saludables para la alimentación de los niños.

Las intervenciones se desarrollaron bajo 2 metodologías: un espacio teórico y un espacio lúdico.

1. *Espacio teórico*

- **Diferencia entre comer y alimentarse:**

Se explicó que comer implica únicamente la acción de ingerir alimentos, mientras que alimentarse significa nutrir el cuerpo con los nutrientes necesarios para mantener la salud. Se reflexionó sobre la importancia de una alimentación variada, equilibrada y natural.

- **¿Qué eran los productos ultraprocesados?**

Se definieron como aquellos que contienen altos niveles de azúcares, grasas, sodio y aditivos, explicando que su consumo frecuente se asocia con enfermedades crónicas como obesidad, hipertensión, enfermedades cerebrovasculares y diabetes.

- **Efectos del consumo excesivo de ultraprocesados:**

Se enfatizó en cómo afecta el crecimiento y desarrollo infantil, alteran los hábitos alimentarios y desplazan el consumo de alimentos naturales como frutas, verduras, carnes y granos integrales.

- **Lectura del etiquetado nutricional:**

Se presentaron los elementos que componen una etiqueta: tabla nutricional, lista de ingredientes, porciones, sellos de advertencia y declaraciones nutricionales.

- **Diferencias entre etiqueta y etiquetado:**

Se explicó que la etiqueta es el rótulo físico que acompaña el producto, mientras que el etiquetado es la información nutricional y sanitaria que esta contiene.

- **Sellos frontales de advertencia:**

Se dio a conocer que la Resolución 2492 de 2022 reglamenta los sellos de advertencia "Exceso en azúcares", "Exceso en sodio", "Exceso en grasas saturadas", "Exceso en grasas trans" y "Exceso en calorías". Se discutió por qué son críticos, qué productos los contienen y qué efectos tienen en la salud del consumidor cada uno de ellos.

- **Mensajes clave para una alimentación saludable:**

Se transmitieron los siguientes mensajes:

- Priorizar alimentos frescos y naturales.
- Evitar bebidas azucaradas y snacks ultraprocesados.
- Leer las etiquetas antes de comprar.
- Fomentar el consumo de frutas, carnes, verduras, agua y leguminosas.
- Involucrar a los niños en la selección y preparación de alimentos.

La información suministra a los participantes fue tomada de la *Cartilla ABCD de lectura de etiquetado para familias. "Apropia, Busca, Compara y Decide por opciones más saludables"* del Ministerio de Salud y Protección Social.

2. *Intervención lúdica* denominada: *"¡Desafío saludable!"*

Objetivo:
Reforzar los conocimientos de los participantes sobre alimentación saludable, productos ultraprocesados y etiquetado frontal de advertencia, a través de una competencia por equipos.

Materiales utilizados:

- Un Cartel con el nombre de la dinámica "desafío saludable"
- Una Campana
- 4 Tarjetas con preguntas (tipo verdadero/falso, opción múltiple y de respuesta rápida)
- Pizarra o cartel para llevar puntaje

La dinámica lúdica tipo reto consistió en dividir a los participantes en dos o tres equipos dependiendo que la cantidad de asistentes. A cada grupo se le asignó un nombre divertido o, si lo preferían, podían elegirlo de mutuo acuerdo (por ejemplo: *"Los Sin Sellos"*, *"Los NutriDetectives"*, *"Los Etiquetados"*).

Cada equipo seleccionó un representante o líder, quien debía competir corriendo hacia una campana ubicada en una mesa central para obtener el derecho a responder una vez se formulara una pregunta del reto. La actividad se desarrolló en cuatro rondas que incluían preguntas de verdadero/falso, opción múltiple y retos rápidos, todos descritos en tarjetas especialmente diseñadas para el juego.

Las preguntas son las siguientes:

1. **Ronda 1: Verdadero o Falso**
   - "Los sellos de advertencia solo aplican a productos frescos" → **FALSO**
   - El primer equipo en presionar la campana responde. Si acierta, gana un punto.
2. **Ronda 2: Opción Múltiple**
   - ¿Qué indica un sello que dice "Exceso en sodio"?
     a) Tiene poca sal
     b) Es bajo en sodio
     c) Tiene mucha sal (✓ **respuesta correcta)**
     d) No tiene sal
   - Si fallan, el turno pasa al siguiente equipo.
3. **Ronda 3: Reto Rápido**
   - El equipo tiene 30 segundos para mencionar 5 alimentos saludables y 3 productos que usualmente tienen sellos de advertencia.
   - Si no responden en el tiempo establecido se repite el reto
4. **Gran Final: Pregunta de reflexión**
   - Cada equipo responde por turnos:
     "¿Por qué es importante leer las etiquetas antes de comprar un producto para los niños?"

Ganaba el equipo que lograra responder correctamente el mayor número de preguntas realizadas durante la dinámica.

Esta metodología favoreció la participación activa, el trabajo en equipo y la retención de la información.

Despedida

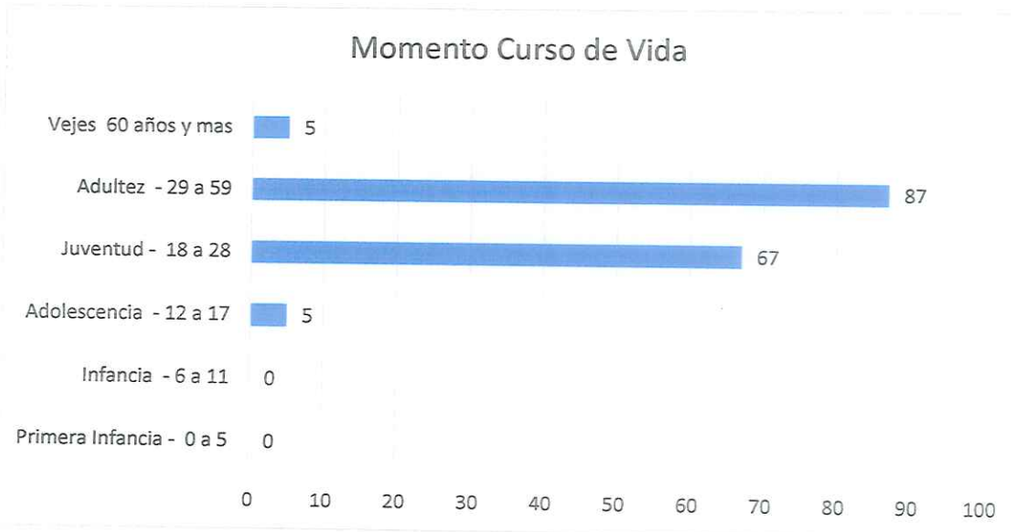
Durante el cierre de la actividad se agradeció la asistencia y participación de los asistentes, reforzando los mensajes clave trabajados en la actividad. Se brindaron palabras de motivación orientadas a continuar aplicando en la vida diaria los aprendizajes adquiridos, destacando la importancia de compartirlos con sus familias y comunidades. Finalmente, se invitó a los participantes a seguir comprometidos con la promoción de hábitos de vida saludables, resaltando que cada acción contribuye al bienestar individual y colectivo.

Acciones complementarias.

Se tomaron registros físicos de los participantes: Mediante planillas físicas se documentó la información de cada institución y de los participantes realizando una caracterización con enfoque diferencial.

Se tomaron evidencias fotográficas y videográficas con georreferenciación de las actividades realizadas con autorización previa de los participantes, como medio de verificación de la actividad, las cuales fueron recopiladas como soporte institucional.

presentó solo **21 participantes**, evidenciando una brecha significativa frente al grupo femenino. Por otro lado, no se reportó participación de personas **LGTBI (0)**, lo que indica ausencia de representación de esta población en la intervención. Esta distribución sugiere la necesidad de fortalecer estrategias de convocatoria y participación equitativa, especialmente hacia los grupos con menor presencia.



El grupo más numeroso corresponde a personas en adultez, con 87 participantes. Esto es coherente con el rol de padres y cuidadores principales, quienes suelen estar en esta etapa del ciclo vital.
Son quienes toman decisiones sobre compras y preparación de alimentos para los niños.
Tienen una mayor responsabilidad económica y doméstica, lo que influye en cómo eligen los alimentos.
Están más expuestos a estrategias de marketing y a estilos de vida que pueden promover o limitar prácticas saludables.
Su alta participación es clave porque este grupo tiene gran capacidad de transformar conductas alimentarias en el hogar.

El segundo grupo más numeroso es la juventud, con 67 participantes. Este grupo suele incluir:

- Madres y padres primerizos.
- Cuidadores jóvenes (hermanos mayores, tíos, parejas jóvenes).
- Personas que aún están construyendo hábitos de crianza.

- Son más receptivos a nuevas prácticas de salud.
- Muestran mayor disposición al cambio, especialmente respecto a la lectura de sellos de advertencia y la selección consciente de alimentos.
- Pueden beneficiarse más de actividades lúdicas y metodologías participativas.

La participación juvenil es un factor positivo para procesos formativos en salud, porque favorece la adopción temprana de conductas protectoras.

Aunque existen casos de cuidadores adolescentes, su número es muy bajo (5 participantes). Esto puede indicar:

- Que las responsabilidades de cuidado recaen mayoritariamente en adultos.
- Posibles barreras de acceso (tiempo, autorización, percepción de la actividad).

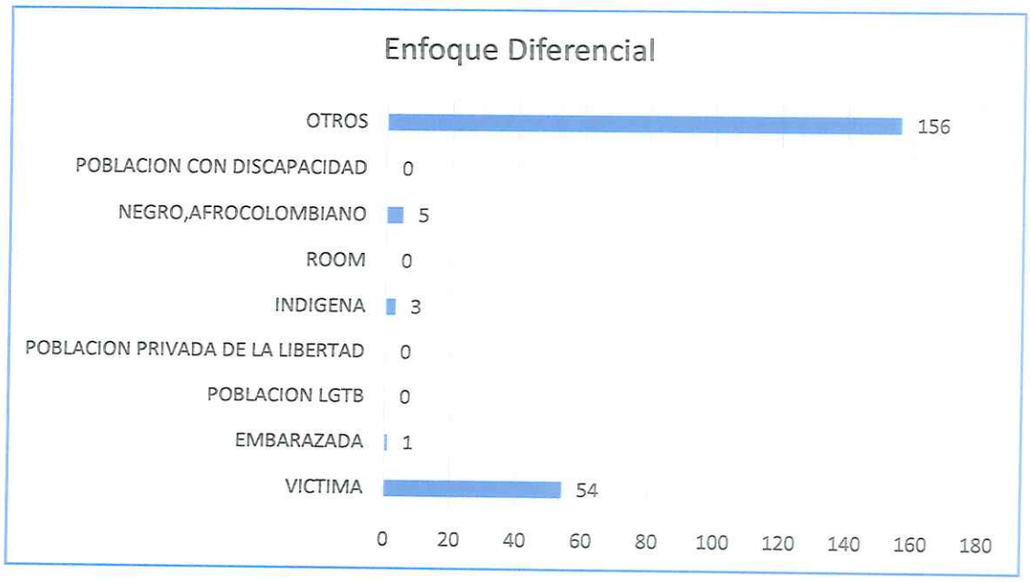
Su participación sería relevante porque los adolescentes suelen influir en las decisiones alimentarias del hogar, especialmente en el consumo de ultraprocesados.

Las personas en vejez también registran una participación baja (5).

Posibles razones:

- No son los cuidadores principales en la mayoría de los casos.
- Dificultades de movilidad o disponibilidad
- Menor cercanía con actividades lúdicas o espacios comunitarios.

Sin embargo, este grupo puede tener conocimientos tradicionales de alimentación saludable que, si fueran incluidos, enriquecerían la estrategia.



Población víctima del conflicto armado (54 personas) Este es el grupo diferencial más representativo después de "otros". La presencia de 54 personas indica que la actividad llegó a una población con altas vulnerabilidades sociales, donde la seguridad alimentaria y la estabilidad económica pueden verse afectadas por desplazamientos, pérdidas económicas o rupturas familiares.

Para este grupo, la información en salud sobre alimentación saludable y lectura de etiquetas nutricionales y sello de advertencia es especialmente relevante, ya que:

- Pueden depender de alimentos económicos, empaquetados o de bajo valor nutricional.
- Pueden enfrentar barreras para el acceso a alimentos frescos o variados.

- La intervención tiene un valor reparador, al ofrecer información práctica que fortalece el autocuidado y el cuidado de los niños en hogares afectados por el conflicto.

Mujeres embarazadas (1 participante)

Aunque la participación es baja, su presencia es significativa.

- Las mujeres gestantes requieren información específica sobre nutrición para prevenir:
  - anemia
  - bajo peso al nacer
  - complicaciones en el embarazo.
- La baja asistencia puede indicar:
  - Barreras de movilidad.
  - Falta de actividades específicas para gestantes.
  - Que la convocatoria no estuvo orientada directamente a esta población.

Sería recomendable generar espacios más focalizados para ellas.

Población indígena (3 personas)

La participación indígena es reducida, pero relevante para el análisis.

- Este grupo tiene prácticas culturales propias en materia de alimentación, que pueden ser tanto protectoras como vulnerables según el acceso a alimentos tradicionales.
- La información recibida debe respetar y articularse con sus prácticas culturales.

Población negra, afrocolombiana o afrodescendiente (5 personas)

Su presencia, aunque limitada, aporta diversidad étnico-cultural.
Este grupo históricamente ha enfrentado inequidades en salud y mayores índices de pobreza.
En términos alimentarios, pueden existir tradiciones culinarias propias que deben ser valoradas y no reemplazadas por productos ultraprocesados.
Su participación permite adaptar contenidos del PIC a realidades culturales diversas.

Categoría "Otros" (156 personas)

Este es el grupo más numeroso.
Incluye a cuidadores sin pertenencia étnica particular o sin criterios diferenciales específicos.
Representa a la población general que asiste a las actividades comunitarias.
Su tamaño muestra que la intervención logró un alcance amplio y heterogéneo, lo cual es fundamental para promover prácticas de salud en toda la comunidad.

Conclusiones

1. El enfoque participativo permitió una mayor apropiación del contenido por parte de los asistentes.
2. La articulación con el equipo institucional de cada institución permitió el cumplimiento exitoso del cronograma.
3. Continuar replicando este tipo de estrategias en otros entornos institucionales.
4. Generar alianzas intersectoriales para fortalecer la promoción de la alimentación saludable.
5. Incorporar contenidos relacionados con el etiquetado nutricional en futuras intervenciones del PIC.
6. Respecto a la caracterización de los participantes; la diversidad presente exige intervenciones flexibles, culturalmente adecuadas y sensibles a las condiciones de vulnerabilidad. La alta participación de población víctima sugiere que la actividad está llegando a grupos priorizados por la política pública. Los grupos con baja participación (gestantes, indígenas, afrodescendientes) podrían beneficiarse de acciones más focalizadas o estrategias específicas de convocatoria.
7. El contenido sobre sellos de advertencia y alimentación saludable es altamente pertinente para todos los grupos, pero especialmente para aquellos con barreras de acceso a alimentos frescos.
8. La intervención contribuye al fortalecimiento del autocuidado, la toma de decisiones informadas y la prevención de enfermedades relacionadas con el consumo de ultraprocesados.

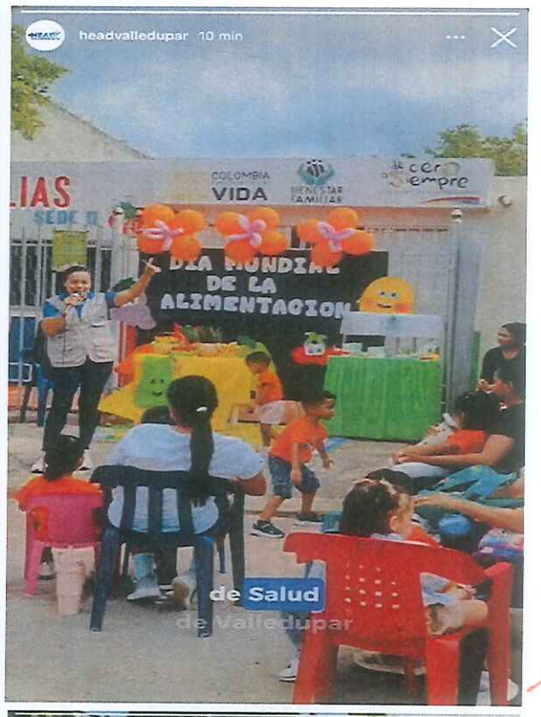
ANEXOS

- Documento de planeación metodológica
- Cronograma de actividades
- Oficios y actas de concertación
- Actas de trabajo de la intervención.
- Planillas de asistencia. Diapositivas
- Caracterización de enfoque diferencial y curso de vida, en medio físico y digital en Excel.

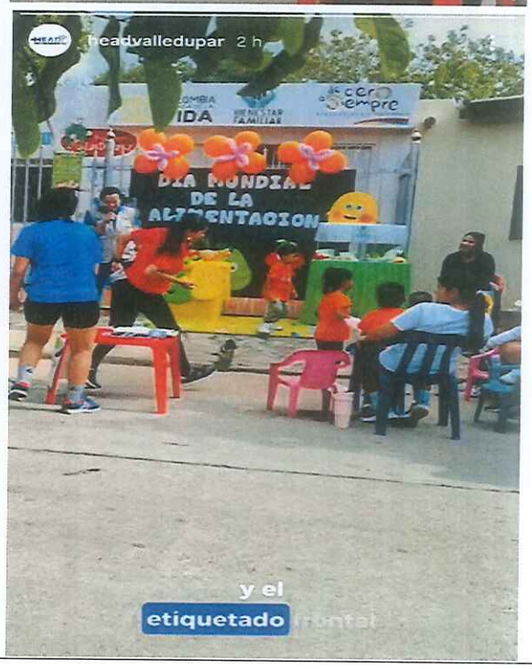
OLGA YESENIA DIAZ CELEDON
Referente PIC- SAN

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS
Publicación en redes sociales institucionales









https://www.instagram.com/stories/headvalledupar/3789040475782060337?utm_source=ig_story_item_share&igsh=MTM5MjE0NnhnbWkzNw==

INFORME DE ACTIVIDADES

SECRETARIA U OFICINA QUE GENERA LA NECESIDAD (RESPONSABLE DE LA ELABORACION DEL ESTUDIO PREVIO	SECRETARIA LOCAL DE SALUD DE VALLEDUPAR
CONTRATISTA	HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
NIT	824000725-0
CONTRATO INTERADMINISTRATIVO	N° 961-SGR de 2025
VALOR TOTAL DEL CONTRATO INTERADMINISTRATIVO	$2.085.000.000
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE SALUD PARA EJECUTAR LAS ACTIVIDADES DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS DE LA SECRETARIA LOCAL DE SALUD DEL MUNICIPIO DE VALLEDUPAR - AÑO 2025.
PLAZO DEL CONTRATO	9 MESES
PERIODO REPORTADO	1 DE OCTUBRE DEL 2025 AL 30 DE OCTUBRE DEL 2025
	SEXUALIDAD DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS
VALOR ASIGANDO EN EL AREA	$ 472.907.695

ACTIVIDAD A EJECUTAR	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	ANEXOS
REALIZAR XIV MARATON CONTRA EL ABUSO SEXUAL DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES, DE ACUERDO A LAS DIRECTRICES EMITIDAS POR A SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL PARA VISIBILIZAR LAS ACCIONES DE PREVENCION DE LA VIOLENCIA SEXUAL.	Durante los días 28 y 29 de octubre se realizo la XIV MARATON CONTRA EL ABUSO SEXUAL DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES, en donde se constituyó en una acción integral de prevención, sensibilización y fortalecimiento institucional, reafirmado asi el compromiso del Municipio de Valledupar con la proteccion de los niños, niñas adolescentes y jóvenes frente al abuso sexual	Consolidado de ejecución financiera Actas de concertación con la secretaria local de salud **(03/10/2025)** Planeación metodológica Cronograma Acta de concertación I.E MILCIADES CANTILLO **(20/10/2025)** Oficios de invitación Acta de ejecución I.E MILCIADES CANTILLO **(28/10/2025)** Acta de concertación ESCUELA URBANA MIXTA LA NEVADA **(21/10/2025)** Oficios de invitación a la jornada Plan de contingencia Acta de ejecución de la jornada **(29/10/2025)** Lista de asistencia Piezas publicitarias - Informes (tiene incluido enfoque diferencial- publicaciones en redes sociales y Link de las actividades.)

REALIZAR SEIS (6) INTERVENCIONES LÚDICAS Y CULTURALES EN EL ENTORNO COMUNITARIO Y EDUCATIVO PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GENERAL Y SEXUAL. "EL CUENTO MAS MALO DEL MUNDO". TRES (3) EN ZONA URBANA Y TRES (3) EN ZONA RURAL	Durante el mes de octubre se desarrollaron la QUINTA intervención lúdica y cultural en entornos comunitarios y educativos, orientada a la prevención de la violencia de género y sexual. Esta actividad se llevó a cabo en las **I.E DEL CORREGIMIENTO DE AGUAS BLANCAS** en un espacio participativo y formativo que a través de herramienta artísticas y culturales se logró sensibilizar a niños, niñas, adolescentes y familias frente a sus derechos y responsabilidades en salud sexual y reproductiva.	-acta de concertación con Secretaria Local de salud **(06/05/2025)** -Planeación metodológica Cronograma -pantallazos de invitación -Actas de concertación con actores sociales **I.E DE AGUAS BLANCAS (15/10/2025)** **LIDER COMUNITARIA (15/10/2025)** -Actas de ejecución de actividades **(24/10/2025).** -Listado de asistencia del encuentro -Piezas publicitarias - Informes (tiene incluido enfoque diferencial- publicaciones en redes sociales y Link de las actividades.)

BELKIS CORDOBA QUINTERO
COORD. PIC HEAD

SECRETRARIA LOCAL DE SALUD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS 2025

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO DE PRESTACION DE SERVICIOS DE SALUD NUMERO 961-SGR de 2025

OBJETO CONTRACTUAL: PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE SALUD PARA EJECUTAR LAS ACTIVIDADES DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS DE LA SECRETARIA LOCAL DE SALUD DEL MUNICIPIO DE VALLEDUPAR - AÑO 2025.

FECHA DE EJECUCION DEL 1 DE OCTUBRE AL 30 DE OCTUBRE DEL 2025

					ACTIVIDADES EJECUTADAS MES			EFECTIVIDAD DE EJECUCION		ACUMULADO DE EJECUCION			ACTIVIDADES POR EJECUTAR		
DIMENSIÓN PDSP	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	COMPPONENTE OPERATIVO	VALOR PROGRAMADO	CANTIDAD PROGRAMADA	No. DE ACTIVIDAD EJECUTADA MES	VALOR DE LA ACTIVIDAD MES	% DE EJECUCION MES	TOTAL ACTIVIDADES APROBADAS	VALOR TOTAL ACTIVIDADES APROBADAS	TOTAL ACTIVIDADES EJECUTADAS- Acumulado	VALOR TOTAL EJECUTADO - Acumulado	% DE EJECUCION ACUMULADO	No. DE ACTIVIDADES PENDEINTES	VALOR TOTAL POR EJECUTAR	% POR EJECUTAR
Sexualidad, derechos sexuales y reproductivos	Realizar una (1) Conmemoración DIA MUNDIAL DE LA LUCHA CONTRA EL SIDA para orientar a estudiantes, profesionales y comunidad general.	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 16.189.744,00	1	0	$ 0,00	0%	0	$ 0,00	0	$ 0,00	0%	1	$ 16.189.744,00	100%
	Realizar (1) la XIV Maratón contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes, de acuerdo a las directrices emitidas por la secretaria de salud departamental para visibilizar las acciones de prevención de la violencia sexual.	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 16.189.744,00	1	1	$ 16.189.744,00	100%	1	$ 16.189.744,00	1	$ 16.189.744,00	100%	0	$ 0,00	0%
	Realizar (1) una conmemoración de la Semana Andina para la prevención del Embarazo niñas y Adolescente, de acuerdo a los lineamientos emitidas por el Ministerio de salud para visibilizar las acciones de prevención del embarazo a temprana edad en niñas y adolescentes.	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 36.000.000,00	1	0	$ 0,00	0%	0	$ 0,00	1	$ 36.000.000,00	100%	0	$ 0,00	0%
	Realizar ocho (8) encuentros familiares dirigido a padres de familia, cuidadores e hijos, para fortalecer las pautas de buen trato en la familia y el dialogo con los jóvenes y adolescentes sobre sexualidad responsable y autocuidado con enfoque en los Derechos Sexuales y Reproductivos, prevención de la violencia sexual, valores y proyecto de vida. Los encuentros se realizaran 8 en el área urbana y 4 en los corregimientos priorizados.	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 11.989.744,00	8	0	$ 0,00	0%	0	$ 0,00	8	$ 11.989.744,00	100%	0	$ 0,00	0%
	Realizar cinco (5) intervenciones en salud en el marco de la ESTRATEGIA MUNICIPAL TUNEL DE LA SEXUALIDAD en área urbana y rural	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 104.189.744,00	5	0	$ 0,00	0%	0	$ 0,00	5	$ 104.189.744,00	100%	0	$ 0,00	0%
	Realizar seis (6) intervenciones lúdicas y culturales en entorno comunitario y educativo para la prevención de la violencia de género y sexual. "El cuento más malo del mundo". Tres en área urbana y 2 en área rural.	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 58.189.744,00	6	1	$ 9.698.290,67	17%	1	$ 9.698.290,67	5	$ 48.491.453,33	83%	1	$ 9.698.290,67	17%
	Realizar tres (3) cursos de SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA de (5) sesiones cada uno, distribuidos dos (2) en área urbana y uno (1) en área rural, dirigido a psi orientadores y profesores que tenga a cargo el proyecto de educación sexual y construcción de ciudadanía en el marco de la estrategia municipal "CARRUSEL EDUCATIVO EN SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA EN TU COLEGIO".	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 42.379.487,00	15	0	$ 0,00	0%	0	$ 0,00	15	$ 42.379.487,00	100%	0	$ 0,00	0%
	Realizar cien (100) pruebas rápidas de tamizaje, ochenta (80) para VIH/SIDA, diez (10) para Hepatitis B y diez (10) para Hepatitis C, en poblaciones vulnerables priorizadas	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 11.189.744,00	100	0	$ 0,00	0%	0	$ 0,00	75	$ 8.392.308,00	75%	25	$ 11.189.744,00	25%
	Realizar diez (10) jornadas de salud dirigidas a gestantes y madres lactantes con intervenciones individuales (RPMS y RIAMP) y colectivas, donde se desarrollen acciones que promuevan la maternidad segura y la oportuna planificación familiar, según la resolución 3280 de 2018 en los corregimientos priorizados, con la estrategia "RUTA DE LA MATERNIDAD SEGURA Y SALUDABLE". Las jornadas deben realizarse en articulación con las EPS en cumplimiento con los aspectos técnicos de esta intervención según resolución 3280 de 2018.	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC .	$ 54.189.744,00	10	0	$ 0,00	0%	0	$ 0,00	8	$ 43.351.795,20	80%	2	$ 10.837.948,80	20%
TOTAL									$ 25.888.034,67						

ELBA USTARIZ MARTINEZ
Gerente
E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

NANCY TAMAYO MORÓN
Supervisor PIC Vigencia 2025
Supervisor

BELKIS CORDOBA QUINTERO
Profesional - Apoyo coord. PIC 2025

REALIZAR XIV MARATÓN CONTRA EL ABUSO SEXUAL DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES, DE ACUERDO A LAS DIRECTRICES EMITIDAS POR LA SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL PARA VISIBILIZAR LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD	**SECRETARIA LOCAL DE SALUD** **ACTA DE REPORTE DE ACTIVIDADES**	HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ÁREA:	SEXUALIDAD, DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS							
LUGAR:	SECRETARIA LOCAL DE SALUD			**FECHA**	3 DE OCTUBRE DE 2025	**HORA INICIO**	4:00 PM	
					3 DE OCTUBRE DE 2025	**HORA FINAL**	4:40 PM	
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACION**	X	**CARACTERIZACION**	
	DIALOGO		**VISITA**		**OTRA/CUAL:**			
TEMA:	Concertar las diferentes actividades en el marco de la estrategia "XIV Maratón contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes – Valledupar te Cuida"							
OBJETIVO:	Concertar el desarrollo de las diferentes actividades contempladas en el lineamiento de la "XIV Maratón contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes – Valledupar te Cuida", correspondientes al área de sexualidad, derechos sexuales y reproductivos, en el marco del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) del municipio de Valledupar, vigencia 2025							
POBLACIÓN OBJETIVO:	Coordinadora del Área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos de la Secretaría Local de Salud (SLS), Referente de Niños, Niñas y Adolescentes del Área de Gestión Diferencial de Poblaciones Vulnerables, Coordinadora del Plan de Intervenciones Colectivas 2025 y Referente del Área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos del Plan de Intervenciones Colectivas 2025.							

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Una vez que la Secretaría Local de Salud (SLS) y la E.S.E. Hospital Eduardo Arredondo Daza (HEAD) acuerdan la fecha, hora y lugar, inicia la reunión en las instalaciones de la Secretaría Local de Salud.

El encuentro tiene como objetivo principal realizar una revisión conjunta de la ficha técnica de la estrategia "XIV Maratón contra el Abuso Sexual de Niños, Niñas y Adolescentes – Valledupar Te Cuida", perteneciente al Área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos (SDSSR), así como definir la metodología para su ejecución. Esta mesa de concertación está orientada a guiar el desarrollo de las actividades previstas y efectuar los ajustes necesarios, considerando las recomendaciones derivadas de experiencias previas y las dinámicas propias de las instituciones participantes.

En representación de la E.S.E. HEAD participan la señora Belkis Córdoba, Coordinadora del Plan de Intervenciones Colectivas 2025, y el enfermero Ángel Luis Morales Ramírez, referente del Área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos del PIC 2025. Por parte de la Secretaría Local de Salud participan la señora Delia Karina Meza, Coordinadora del Área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos, y la señora Coraima Pertuz Mejía, Referente de Niños, Niñas y Adolescentes del Área de Gestión Diferencial de Poblaciones Vulnerables.

La reunión inicia resaltando la importancia de seguir los criterios establecidos en la ficha técnica, así como el lineamiento emitido por la Secretaría Departamental de Salud, y se aclara que las acciones desarrolladas serán verificadas por los contratistas del Área de Sexualidad, ADSR, mediante una lista de chequeo derivada de dicha ficha.

Durante el encuentro se llevó a cabo la revisión de la ficha técnica y del lineamiento emitido por la Secretaría Departamental de Salud para la ejecución de la **"XIV Maratón contra el Abuso Sexual de Niños, Niñas y Adolescentes – Valledupar Te Cuida"**.

De manera conjunta, se concertó lo siguiente:

1. Emitir cuñas radiales en el municipio, dirigidas a niños, niñas, adolescentes, padres de familia y cuidadores, enfocadas en la prevención del abuso sexual infantil y adolescente. *(Responsables:* Delia Karina Meza - Coraima Pertuz Mejía*)*

2. Construir y divulgar dos piezas comunicativas dirigidas a niños, niñas, adolescentes y padres de familia para promover la prevención y el autocuidado frente al abuso sexual. *(Responsable: Angel Luis Morales Ramirez)*

3. Desarrollar una estrategia de formación en prevención del abuso sexual dirigida a niños, niñas y adolescentes menores de 14 años, docentes, padres de familia y madres comunitarias. Para este espacio se selecciona la Institución Educativa Milcíades Cantillo Costa (Primaria), teniendo en cuenta los reportes epidemiológicos. Además, se seleccionan los sectores locales para la conformación del equipo de capacitadores para el desarrollo temático, de la siguiente manera:

   - Sesión 1: *Formas de abuso hacia niños, niñas y adolescentes* – Secretaría Local de Salud Facilitadoras: María Paula Quiróz y Coraima Pertuz Mejía
   - Sesión 2: *Claves de autoprotección* – Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)
   - Sesión 3: *Pautas de prevención y rutas de denuncia* – Defensoría del Pueblo

   (Responsable: Angel Luis Morales Ramirez)

4. Realizar una jornada de movilización social con la comunidad y los sectores institucionales por las principales calles del municipio, como inicio de la XIV Maratón contra el Abuso Sexual de Niños, Niñas y Adolescentes. Se acuerda realizarla en el barrio La Nevada, con la participación de los estudiantes de la Escuela Urbana Mixta La Nevada, quienes deberán portar prendas de color amarillo como símbolo de identificación. *(Responsable: Angel Luis Morales Ramirez)*

5. Desarrollar un acto simbólico durante el recorrido, en el cual predomine la bandera amarilla con la frase: *"Tu silencio protege al agresor. Tu voz protege a la niñez." (Responsable: Angel Luis Morales Ramirez)*

6. Realizar la firma con huella en el telón blanco por parte de la administración, las entidades e integrantes de la comunidad, como pacto comunitario contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes. Posteriormente, el telón será instalado en la Alcaldía por un mes, para visibilizar el compromiso comunitario bajo el lema: *"Tu silencio protege al agresor. Tu voz protege a la niñez." (Responsable: Angel Luis Morales Ramirez)*

7. Elaborar una nota periodística para los canales oficiales de prensa de la Alcaldía, en la que se divulguen las acciones desarrolladas, los impactos logrados, la población involucrada y las instituciones articuladas durante la XIV Maratón contra el Abuso Sexual. *(Responsables: Delia Karina Meza – Coraima Pertuz Mejía)*

8. Siendo las 4:40 p.m., finaliza la mesa de concertación, dejando establecidos los siguientes compromisos

COMPROMISOS

No.	Tarea/actividad	Responsable	Fecha de compromiso
1.	Emitir cuñas radiales dirigidas a niños, niñas, adolescentes, padres y cuidadores sobre prevención del abuso sexual.	Delia Karina Meza - Coraima Pertuz Mejía	TRANSVERSAL
2.	Diseñar y divulgar dos piezas comunicativas dirigidas a niños, niñas, adolescentes y padres de familia para la prevención y el autocuidado frente al abuso sexual.	Angel Luis Morales Ramirez	TRANSVERSAL
3.	Desarrollar estrategia de formación en prevención del abuso sexual en la Institución Educativa Milcíades Cantillo Costa (Primaria), dirigida a menores de	Angel luis Morales Ramirez	28 DE OCTUBRE DE 2025

	Costa (Primaria), dirigida a menores de 14 años, docentes, padres y madres comunitarias.		
4.	Ejecutar la jornada de movilización social por las principales calles del municipio como apertura de la XIV Maratón contra el Abuso Sexual de Niños, Niñas y Adolescentes, incluyendo el acto simbólico con bandera amarilla bajo la frase "Tu silencio protege al agresor. Tu voz protege a la niñez", y la firma con huella en el telón blanco como pacto comunitario, el cual será instalado en la Alcaldía por un mes para visibilizar el compromiso comunitario.	Angel luis Morales Ramirez	29 DE OCTUBRE DE 2025
5.	Elaborar una nota periodística para los canales oficiales de prensa de la Alcaldía, en la que se divulguen las acciones desarrolladas, los impactos logrados, la población involucrada y las instituciones articuladas durante la XIV Maratón contra el Abuso Sexual.	Delia Karina Meza - Coraima Pertuz Mejía	31 DE OCTUBRE DE 2025

REGISTROS FOTOGRÁFICOS





ANEXOS:	No aplica			
VALIDADORES DEL ACTA	**Responsable del diligenciamiento:**	Angel Luis Morales Ramirez		
	Cargo/ cedula:	Referente Del Área De Sexualidad, Derechos Sexuales Y Reproductivos PIC/ Cc: 1065834237		
	NOMBRE	**CARGO/ ENTIDAD**	**Número de Cédula**	**Firma**
	Delia K Meza	Area Sexualidad DSR.	49.795.878	

CIRCULAR 220

DIRECTRIZ TECNICA

XIV MARATON DEPARTAMENTAL CONTRA EL ABUSO SEXUAL DE NIÑOS NIÑAS Y ADOLESCENTES 2025

FECHA: **29 DE AGOSTO DE 2025**

PARA: **ALCALDES MUNICIPALES – SECRETARIA DE SALUD MUNICIPALES -**

DE: **SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL**

ASUNTO: **XIV MARATON DEPARTAMENTAL CONTRA EL ABUSO SEXUAL DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES**

Respetados Señores, cordial saludo,

La Secretaria de Salud Departamental, en articulación intersectorial, Interinstitucional, territorial y comunitario y en desarrollo del plan departamental Contra la violencia en el marco del mecanismo articulador para la prevención de la violencia de genero, implementa dentro de las actividades programadas la Conmemoración de la XIV Maratón Contra El Abuso Sexual de Niños, Niñas y Adolescentes, cuyos objetivos son:

- Fortalecer la prevención del abuso sexual en niños, niñas y adolescentes en el departamento del Cesar mediante la articulación entre autoridades locales,

instituciones, comunidades y familias, promoviendo entornos seguros, protectores y libres de violencia.

- Promover el reconocimiento de signos de alerta y factores de riesgo en niños, niñas y adolescentes.
- Incentivar prácticas de cuidado y protección en familias, instituciones educativas y espacios comunitarios.
- Promover mecanismos de autoprotección en niños niñas y adolescentes
- Fortalecer la cultura de denuncia y la confianza en las rutas de atención.
- Involucrar a líderes comunitarios, organizaciones sociales, juntas de acción comunal y asociaciones de mujeres en la construcción de estrategias preventivas.
- Promover el rechazo social y comunitario al abuso sexual como una forma de violencia inaceptable.

A desarrollarse bajo las siguientes directrices:

FECHA: 25 de septiembre de 2025

ESLOGAN: "Tu Silencio Protege al Agresor. Tu Voz Protege a la Niñez"

AGENDA PROPUESTA:

1. Encuentro Virtual Departamental con Secretarios de Salud Municipales y Referentes Locales de los Mecanismos Articuladores para coordinación, seguimiento y monitoreo a las agendas locales de la XIV Maratón contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes. **04 de septiembre 2025**

2. Socialización y Organización intersectorial a nivel local de la XIV Maratón contra el abuso sexual. **Entre el 01 de septiembre a el 09 septiembre de 2025**

3. Realizar 3 programas radiales durante el mes sobre pautas de identificación, la prevención y denuncia del abuso sexual a niños niñas y adolescentes en emisoras locales y comunitarias. **Entre el 05 de septiembre hasta el 30 septiembre de 2025**

4. Preparar y emitir en su municipio cuñas radiales dirigidas a niños, niñas, adolescentes, padres de familia y cuidadores frente a la prevención del abuso sexual a Niños, Niñas y Adolescentes Entre **el 10 de septiembre hasta el 30 septiembre de 2025**

5. Construir y Divulgar 2 piezas comunicativas dirigido a niños y niñas, adolescentes y padres de familia para la prevención y el autocuidado respecto al abuso sexual para socializarse en redes sociales y que las entidades públicas y privadas puedan reproducir y publicar en sus instituciones, páginas web y redes sociales.

6. Realización de estrategia de formación en prevención del abuso sexual a Niños, Niñas y adolescentes menores de 14 años, docentes, padres de familia y madres comunitarias; a continuación, durante el mes de septiembre; se desglosa la metodología para la estrategia:

   - ✓ Seleccionar una institución educativa (primaria/CDI) con base en criterios epidemiológicos, sociales y de vulnerabilidad del municipio.
   - ✓ Garantizar participación equitativa de **200 NNA**, padres de familia, madres, docentes entre otros participantes.
   - ✓ La estrategia de formación tendrá los siguientes contenidos temáticos: Formas de abuso, claves de autoprotección, rutas de atención en salud y denuncia, pautas de prevención en casa y comunidad.
   - ✓ Formalizar acuerdos de cooperación con sectores como educación, justicia, comisarías de familia, salud, icbf y policía para conformar el equipo autogestionado de capacitadores a nivel local para el desarrollo de los contenidos temáticos a abordar en la institución priorizada.
   - ✓ La secretaria de salud municipal deberá hacer llegar la información de este equipo de capacitadores. (Se les entregara formato para reportar la información)
   - ✓ La Secretaría de Salud Departamental será responsable de enviar a cada municipio los contenidos educativos y metodológicos necesarios garantizando la calidad técnica y pertinencia temática y lenguaje comprensible.
   - ✓ El municipio debe garantizar: Conformación del equipo local de capacitadores, adecuación logística para la réplica formativa en la institución educativa,

registro de participantes por grupo poblacional. (en el instrumento de registro poner el nombre de la estrategia y especificar que contenido temático se desarrolló), registro fotográfico, asistencia, acta de cada taller, grabación de niños niñas adolescentes y padres donde manifiesten lo aprendido y la importancia de la campaña.

1. **AGENDA PARA EL DIA 25 DE SEPTIEMBRE DE 2025:**

a. Realización de una jornada de movilización social de la comunidad y los sectores institucionales por las principales calles del municipio; Como inicio al evento de *la XIV Maratón Contra el Abuso sexual de Niño, Niñas y Adolescentes; donde se debe resaltar la Identificación de Niños, Niñas y Adolescentes con prendas de color amarillo.*

b. Realizar un acto simbólico: Durante el recorrido predominara la bandera amarilla con frase:

"Tu Silencio Protege al Agresor. Tu Voz Protege a la Niñez"

Esta bandera se debe dejar colgada en el parque principal del municipio desde el mes de Septiembre hasta el mes de 31 octubre.

c. La firma de Pacto Institucional por parte del señor (a) Alcalde o Alcaldesa.

d. Firma con huellas en telón blanco de las manos de personal de la administración, entidades y comunidades en la sabana simbólica de pacto comunitario contra el abuso sexual de niños niñas y adolescentes. Este telón deben colocarlo en las instalaciones de la alcaldía por un mes para visibilizar el ejercicio y recordar el compromiso comunitario **"Tu Silencio Protege al Agresor. Tu Voz Protege a la Niñez"**

e. Se realiza la lectura pública de la entrega del reconocimiento departamental al señor Alcalde por su compromiso con la infancia y la adolescencia.

f. Evento de cierre. Programa Radial, televisivo o Redes sociales en vivo dando a conocer Las acciones realizadas, Los Impactos visibilizados, población involucrada, Instituciones que se articularon en desarrollo de la XIV Maratón Contra el Abuso Sexual. **30 septiembre de 2025.**

220

Envió de informe a los correos poblacionvulnerable@saludcesar.gov.co y saludygeneroinfanciasaluddepar@gmail.com a más tardar el **02 de Octubre del 2025** en el formato ANEXO.

Cualquier inquietud comunicarse al 315 4552129 - 323 8457960

Atentamente,

GEORGINA PAOLA SANCHEZ DAZA
Secretaria de Salud Departamental

Elaboro	**Jannethe Esmeral Ariza Coord. Pormocion y Participacion Social**	
Reviso	**Arleth Gonzalez Profesional Juridico Promocion y Participacion**	
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el documento, cuyo contenido se encuentra ajustado a las disposiciones legales vigentes, bajo nuestra responsabilidad lo presentamos para firma		
c.c. NNA 2025		

INFORME XIV MARATÓN CONTRA EL ABUSO SEXUAL DE NIÑOS, NIÑAS Y
Informe XIV Maraton Contra Abuso Sexual de Niños, Niñas y Adolescentes

MUNICIPIO		FECHA DE REPORTE				
ACTIVIDADES REALIZADAS		No. PROMEDIO DE POBLACION Y ENTIDADES ASISTENTES Y BENEFICIADAS				
		Padres familia	docentes	Niños y Niñas	Adolescentes	Entidades
Promedio cobertura de programas radiales						
Promedio de cobertura de cuñas radiales						
Promedio de personas participantes en la Movilización de la Maratón						
Estrategia de formación en prevención del abuso sexual a Niños, Niñas y adolescentes menores de 17 años, docentes, padres de familia y madres comunitarias en entidades educativas y CDI						
Marque con X los temas desarrollados en la estrategia de formación				Formas de abuso sexual		
				Claves de autoprotección		
				Ruta de atencion en salud y denuncia		
				Pautas de protección en casa y la comunidad		

OTROS EVENTOS						
EVENTO DE CIERRE	EMISION PROGRAMA RADIAL	EMISION CUÑAS	LIVES	USO DE REDES SOCIALES	PRESENCIAL	OTROS

PIEZAS COMUNICATIVAS DIVULGADAS	AFICHES	CARTELERAS	POSTER	PENDONES	OTROS
NOMBRE DE ENTIDADES PARTICIPANTES					
LECCIONES APRENDIDAS					

IMPACTO DE LAS ESTRATEGIAS	
RECOMENDACIONES	
ANEXOS MAGNETICOS A ENVIAR ESCANEADOS	COPIA DE ACTA DEL PACTO FIRMADA POR EL SEÑOR ALCALDE ASISTENCIAS DE CADA ACTIVIDAD, REPORTE FOTOGRAFICO, ACTA DE CADA ACTIVIDAD, ENTREVISTA GRABADA CON LA COMUNIDAD SOBRE APRENDIZAJE E IMPACTO DE LA MARATON

REPORTE Y EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

SECRETARIA LOCAL DE SALUD		
AREA SEXUALIDAD, DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS		
PLAN METODOLOGICO		
XIV Maratón contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes -Valledupar te cuida		
Objetivo		Busca el reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos, la prevención del embarazo en la infancia y adolescencia, la violencia de género y sexual en la población infancia, adolescentes y Jóvenes del municipio.
Indicadores	**Resultado Asociado**	Disminuir a 60 la tasa especifica de fecundidad adolescente de 15 a 19 años
	Producto Asociado	Realizar cuatro (4) estrategias para el abordaje de la prevención del embarazo adolescente en el marco de la Atención Primaria en Salud
Nombre de la Actividad		Realizar (1) una conmemoración de la Semana Andina para la prevención del Embarazo niñas y Adolescente, de acuerdo a los lineamientos emitidos por el Ministerio de salud para visibilizar las acciones de prevención del embarazo a temprana edad en niñas y adolescentes.
Descripción de la actividad		Previa concertación con la líder del área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos de la Secretaría Local de Salud, se ha programado XIV Maratón contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes -Valledupar te cuida en el mes de octubre. En este marco, el Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) ha diseñado una agenda de actividades que se desarrollará del 27 al 31 de octubre de 2025, con el propósito de promover el reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos, la prevención del embarazo en la infancia y adolescencia, la violencia de género y sexual en la población infancia, adolescentes y Jóvenes del municipio. **28 de septiembre 2025:** **Estrategia de formación en prevención del abuso sexual a Niños, Niñas y adolescentes menores de 14 años, docentes, padres de familia.** **Lugar:** institución educativa Milcíades Cantillo – Polideportivo **Hora:** 2:00 pm

Expositores:

- Secretaria Local de Salud
- ICBF
- Defensoría del Pueblo

Objetivo:

Brindar orientaciones claras, técnicas y normativas para la identificación, prevención, atención y denuncia del abuso hacia NNA en Colombia, fortaleciendo las capacidades de familias, comunidades y sectores responsables de su protección.

Objetivos específicos:

- Definir qué es el abuso infantil y sus principales formas.
- Explicar los marcos conceptuales y normativos que sustentan la protección de los derechos de NNA en Colombia.
- Describir las rutas de denuncia y atención integral.
- Proporcionar pautas de autocuidado para NNA y pautas de prevención para padres y cuidadores.
- Fortalecer la capacidad institucional y comunitaria para garantizar la protección integral.

Bienvenida

En representación del Hospital Eduardo Arredondo Daza, se dará inicio al encuentro con una cálida bienvenida a todos los asistentes, resaltando la importancia de su presencia en este espacio de información en salud.

Seguidamente, se presentará al equipo responsable del **Plan de Intervenciones Colectivas (PIC)** y a los expositores invitados. A continuación, se explicará el PIC como una estrategia articulada entre la **Secretaría Local de Salud** y el **Hospital Eduardo Arredondo Daza**, bajo la administración del señor alcalde, enfocada en mejorar la calidad de vida de la población valduparense a través de **acciones integrales en salud pública**. Así mismo, se informará

a los asistentes que, durante el desarrollo del conversatorio, se pasará un formato de lista de asistencia con el fin de dejar constancia de su participación en el evento.

Finalmente, se dará la palabra a los expertos, quienes compartirán sus conocimientos en torno a los temas centrales.

Sesión 1: Formas De Abuso Hacia Niños, Niñas Y Adolescentes.

Talento Humano Capacitador:

- María Paula Quiroz – Secretaria Local de salud
- Coraima Pertuz Mejia – Secretaria Local de salud

Objetivo de la sesión

Describir las distintas formas de abuso que pueden afectar a los NNA, brindando ejemplos concretos que faciliten su identificación y comprensión por parte de profesionales, familias y comunidades.

Introducción

El abuso contra los NNA no se limita a la violencia física, sino que incluye una diversidad de conductas que generan daños graves en su desarrollo integral. Reconocer estas formas es indispensable para detectarlas a tiempo y activar las rutas de protección. Cada tipo de abuso tiene expresiones específicas que pueden pasar desapercibidas si no se conocen. Este capítulo ofrece una explicación detallada de las principales formas de abuso y sus manifestaciones en la vida cotidiana de los NNA.

Violencia contra los Niños, Niñas y Adolescentes

La violencia contra las niñas y los niños incluye la violencia física, sexual y emocional, así como el abandono y la explotación de menores de 18 años. La violencia contra las niñas y los niños puede ocurrir en el hogar y en la comunidad. Puede ser perpetrada por cuidadores, compañeros o extraños. Los tipos de violencia incluyen el maltrato infantil por parte de adultos en un puesto de responsabilidad, el acoso y las peleas físicas entre pares, la violencia

adolescente constantemente ridiculizado por su apariencia física en su hogar.

Abuso sexual

Cualquier actividad de carácter sexual en la que un NNA es utilizado para la satisfacción de un adulto u otra persona, con o sin contacto físico. Incluye tocamientos, exhibicionismo, exposición a pornografía y violación. Ejemplo: un adulto que persuade a un menor a mantener secretos sobre interacciones sexuales.

Es una de las formas más graves de violencia contra la infancia y conlleva efectos devastadores en la vida de los niños y las niñas que lo sufren. Sin embargo, estas prácticas, que se han presentado siempre en la historia de la humanidad, sólo han empezado a considerarse como un problema que transgrede las normas sociales cuando -por un lado- se ha reconocido su impacto y las consecuencias negativas que tienen en la vida y el desarrollo de los niños o niñas víctimas y -por otro lado- se ha reconocido al niño como sujeto de derechos. El abuso sexual infantil implica la transgresión de los límites íntimos y personales del niño o la niña. Supone la imposición de comportamientos de contenido sexual por parte de una persona (un adulto u otro menor de edad) hacia un niño o una niña, realizado en un contexto de desigualdad o asimetría de poder, habitualmente a través del engaño, la fuerza, la mentira o la manipulación. El abuso sexual infantil puede incluir contacto sexual, aunque también actividades sin contacto directo como el exhibicionismo, la exposición de niños o niñas a material pornográfico, el grooming o la utilización o manipulación de niños o niñas para la producción de material visual de contenido sexual.

Negligencia o abandono

Ocurre cuando los cuidadores no garantizan las condiciones básicas de alimentación, salud, educación y protección. Ejemplo: un niño pequeño que permanece solo en casa durante largas jornadas sin supervisión adulta.

Explotación laboral y económica

Se presenta cuando los NNA son obligados a trabajar en condiciones que afectan su salud, educación o desarrollo. Ejemplo: un adolescente que trabaja jornadas extenuantes en la calle sin acceso a educación formal.

Explotación sexual comercial

Incluye la utilización de NNA en prostitución, pornografía o trata de personas con fines sexuales. Es una de las formas más graves de abuso, pues combina violencia, explotación y violación de derechos humanos fundamentales.

Es la forma más extrema en que se manifiesta esta violencia. Supone la utilización de menores de edad en actos de naturaleza sexual a cambio de una contraprestación, normalmente económica. La aceptación por parte del niño o la niña de esta transacción resulta irrelevante y así lo establecen las principales normas internacionales. Cualquier forma de violencia sexual contra los niños y las niñas es un problema social que tiene consecuencias en su vida, en su entorno y en todos y cada uno de los contextos en los que el niño o la niña víctima se desarrolla. De ahí que los ámbitos para la intervención en la protección de los niños y las niñas contra este tipo de violencia incluyan, desde la familia y su entorno social, a los ámbitos educativo, sanitario y policial, así como el legislativo y de políticas públicas. Cabe diferenciar tres modos fundamentales en los que se manifiesta esta violencia de naturaleza sexual contra la infancia:

- Abuso sexual infantil con o sin contacto físico.
- Imágenes de abuso sexual a través de las TIC.
- Explotación sexual infantil y trata

Abuso infantil

Los niños de todo el mundo se enfrentan con frecuencia a formas atroces de violencia, explotación y abuso. Desafortunadamente, el abuso infantil llega a todos los rincones del mundo y a menudo ocurre en lugares y áreas donde los niños deberían estar más

protegidos: dentro de los hogares, en las escuelas y

a través de Internet. Estos abusos suelen perpetrarlos personas que se han ganado la confianza de los niños. Todos los niños tienen derecho a ser protegidos contra la violencia, la explotación y el abuso.

Definición de abuso infantil

El abuso infantil se define como cualquier acción intencionalmente dañina llevada a cabo contra un menor de 18 años por un adulto u otro niño. Esta definición abarca todos los tipos y formas de malos tratos físicos y emocionales, que conduzcan a un daño real o potencial para la «salud, supervivencia, desarrollo o dignidad de un niño en el contexto de una relación de responsabilidad, confianza o poder» (OMS). Los actos de abuso pueden ser aislados o prolongarse durante un período de tiempo. A medida que los niños crecen y se desarrollan, corren un mayor riesgo de sufrir diferentes formas de abuso (OMS, 2020).

Identificar las diferentes formas de abuso infantil

El comportamiento abusivo hacia los niños puede manifestarse de muchas maneras diferentes, por lo que existen múltiples formas de abuso infantil, entre las que se incluyen:

- Acoso y ciberacoso
- Explotación sexual infantil (ESI)
- Trata de niños
- Explotación criminal infantil y bandas
- Violencia doméstica
- Maltrato emocional
- Mutilación/ablación genital femenina (M/AGF)
- Acoso sexual por Internet
- Abandono de menores
- Maltrato físico
- Abusos sexuales
- Abusos antiguos

- Abusos médicos

Factores que favorecen las dinámicas del abuso y la explotación sexual infantil

Existen una serie de factores de diversa naturaleza que pueden favorecer que se produzcan situaciones de abuso y explotación sexual infantil. Factores sociales– Falta de concienciación del niño o la niña como sujetos de derechos. Los niños son particularmente dependientes de los adultos encargados de su protección.

- Los estereotipos de género. Los parámetros de belleza y de éxito en los que se hace una sobrevaloración del cuerpo y de los modelos que promueven los medios masivos de comunicación.
- Validación social de la violencia y el abuso del poder dentro de las relaciones cercanas. – La tolerancia o validación social de ciertas formas de agresión física, de cierto tipo de relaciones sexuales con niños o niñas
- El desconocimiento de la trascendencia que tienen las vivencias en la infancia para el desarrollo y la vida de las personas.
- Falsas creencias sobre la sexualidad infantil y de la sexualidad adulta.
- Tolerancia social en la utilización de los niños, niñas o adolescentes en pornografía o en prostitución infantil.
- Costumbres culturales que promueven el matrimonio temprano.
- El consumo de alcohol y de sustancias psicoactivas ha demostrado ser un factor asociado al abuso sexual infantil

Factores familiares

- Relaciones familiares en donde se ejerce el poder de manera abusiva y no equitativa.
- Dificultades en la comunicación.

- Distancia emocional, incapacidad para responder a las necesidades del niño o la niña.
- Falta de información sobre el desarrollo infantil y sobre el desarrollo de la sexualidad.
- Violencia de género.
- Niños o niñas en situación de desprotección o presencia de otras formas de violencia como negligencia, maltrato físico, etc.

Factores personales De los niños o las niñas:

- Los niños o las niñas que presentan discapacidad son más vulnerables a ser víctimas de todas las formas de violencia.
- Niños y niñas más pequeñas.
- Niños o niñas que no tienen vínculos de apego seguro con sus cuidadores o con carencias afectivas.
- Niños o niñas que crecen en un entorno de violencia de género.
- Niños o niñas que no tienen información sobre situaciones de riesgo o que no tienen información clara sobre sexualidad.
- Las niñas están en mayor riesgo de ser víctimas de abuso sexual o de explotación sexual que los niños

De los agresores:

- Familias donde se ejerce la violencia de género y donde los estereotipos machistas influyen notoriamente en sus vidas.
- Historias de infancia con presencia de maltrato físico, psicológico o sexual.
- Poca capacidad de empatía.
- Distorsiones cognitivas.
- Consumo de pornografía infantil.
- Trastornos de la personalidad psicopática.

Manifestaciones que se observan en los niños y en las niñas víctimas de la violencia sexual

Las manifestaciones que pueden presentar un niño o una niña

víctima de abuso sexual infantil son diversas. Es importante señalar que la ausencia o la presencia de algunas de estas manifestaciones o síntomas no comprueban por sí mismas la existencia o no de un abuso sexual hacia un niño o una niña. Conocer las consecuencias y sintomatología originada por el abuso sexual infantil, sin embargo, es muy importante para que los profesionales tengan elementos para su detección y para una intervención adecuada.

Consecuencias físicas

- Hematomas.– Infecciones de transmisión sexual.
- Desgarramientos o sangrados vaginales o anales.
- Enuresis, encopresis.
- Dificultad para sentarse o para caminar.
- Embarazo temprano.

Consecuencias psicológicas iniciales del abuso sexual infantil

Problemas emocionales:

- Miedos.
- Fobias
- Síntomas depresivos
- Ansiedad.
- Baja autoestima.
- Sentimiento de culpa.
- Estigmatización.
- Trastorno por estrés postraumático.
- Ideación y conducta suicida.
- Autolesiones
-

Problemas cognitivos:

- Conductas hiperactivas.
- Problemas de atención y concentración
- Bajo rendimiento académico.
- –Trastorno por déficit de atención con hiperactividad. Peor funcionamiento cognitivo general.
- Problemas de relación:

- Problemas de relación social.
- Menor cantidad de amigos.
- Menor tiempo de juego con iguales.
- Elevado aislamiento social.

Problemas funcionales:

- Problemas de sueño (pesadillas).
- Pérdida del control de esfínteres (enuresis y encopresis).
- Trastornos de la conducta alimentaria
- Quejas somáticas.

Problemas de conducta:

- Conducta sexualizada:
- Masturbación compulsiva.
- Imitación de actos sexuales.
- Uso de vocabulario sexual inapropiado
- Curiosidad sexual excesiva.
- Conductas exhibicionistas.
- Conformidad compulsiva.
- Conducta disruptiva y disocial:
- Hostilidad. Agresividad.
- Ira y rabia.
- Trastorno oposicionista desafiante

Los estudios de victimología señalan que los niños y las niñas víctimas de abuso sexual infantil están en mayor riesgo de ser víctimas de otras formas de violencia.

Factores Que Inciden En Las Consecuencias De La Violencia Sexual Perpretada Sobre Niños Y Niñas

- La relación entre el niño o la niña y su agresor o explotador. Si la relación entre los dos es muy cercana y de confianza, mayores serán los efectos en los sentimientos, los pensamientos y las relaciones sociales del niño o la niña víctima.

- La edad del niño cuando ocurre el abuso. Cuanto más pequeñas sean las víctimas, mayor puede ser el daño en su desarrollo físico y sexual.
- La duración del abuso. Cuanto más prolongado el abuso en el tiempo, mayores consecuencias negativas tendrá sobre la vida y el desarrollo del niño o la niña.
- El tipo de abuso sexual puede haber producido mayor daño físico o daño psicológico (la vulneración de la dignidad).
- El sexo de la víctima. El riesgo de embarazos tempranos no deseados genera otro tipo de consecuencias negativas en la vida de muchas niñas víctimas de abuso sexual infantil. La estigmatización que pueden sufrir muchos niños varones víctimas de abuso sexual, incide en la baja denuncia por lo que están más desprotegidos.
- Las respuestas y reacciones de los entornos familiares, sociales, institucionales y judiciales frente a la revelación y denuncia del abuso sexual infantil.
- El uso de violencia física además del abuso sexual puede aumentar el sentimiento de terror y los efectos pueden estar relacionados con altos niveles de ansiedad.
- La resiliencia del niño. Cada persona tiene sus propias características de personalidad, sus historias de vida y sus habilidades personales y sociales individuales, que generan un forma particular y única de responder a las situaciones traumáticas. Lo que quiere decir que la ausencia de síntomas evidentes del abuso o la explotación, no implica la ausencia de efectos negativos generados por tal situación.

Pautas De Intervención Para El Personal Educativo, De Salud O De Atención Psicosocial Ante La Sospecha De Abuso O Explotación Sexual Infantil

- Mantén la calma y evita hacer preguntas que puedan intimidar al niño o la niña.
- Puedes hacer preguntas más vagas para asegurarte de lo que ha querido decir o para evaluar su seguridad. Ten en cuenta

que no hay que presionarle para que cuente lo que ha ocurrido, ni pedirle detalles de la situación de abuso sexual: esa es la tarea de los profesionales encargados de la evaluación, en las condiciones para ello.

- Creer al niño a la niña lo que te cuenta6. No le culpes con preguntas como: ¿por qué no has contado antes?, ¿por qué lo permitiste?, etc.
- Mantener una actitud respetuosa con el niño o la niña víctima. Agradécele la confidencia y explícale que deberás comunicárselo a alguien más porque temes por su seguridad, de manera que no podrás mantenerlo en secreto. No es necesario que toda la institución se entere de lo que le ha ocurrido al niño o la niña.
- Reportar, a la mayor brevedad posible. Haz un informe escrito describiendo exactamente lo que el niño o la niña ha contado.
- Buscar atención especializada. Si crees que es un caso de urgencia y que el niño o la niña corre un riesgo inminente, contacta con la policía y comisarías de familia.
- Explícale el siguiente paso al niño (por ejemplo, decirle que tendrás que informar a quien tengas que hacerlo). Brinda explicaciones claras a los niños y las niñas y a sus familias. Asume que es una situación que requiere una respuesta rápida y especializada.

Sesion 2: Claves de Autoprotección

Talento Humano Capacitador:

- Jennifer Garcia – Instituto Colombiano del Bienestar Familiar

Objetivo de la sesión

busca brindar pautas claras de autoprotección, con un lenguaje accesible y respetuoso, para que los NNA reconozcan riesgos, fortalezcan la confianza en sí mismos y aprendan cómo actuar y pedir ayuda.

Introducción

La protección de los derechos de los niños, niñas y adolescentes

(NNA) es una prioridad establecida por la Convención sobre los Derechos del Niño, la Ley 1098 de 2006 – Código de Infancia y Adolescencia y demás marcos normativos nacionales e internacionales. El abuso sexual infantil constituye una de las formas más graves de vulneración de derechos y exige acciones preventivas articuladas desde la familia, la escuela, la comunidad y el sector salud.

La Autoprotección

Cuando los niños y las niñas nacen, los adultos son responsables de su protección y cuidado. Pero a medida que van creciendo, los adultos deben de enseñarles a protegerse y para ello deben conocer y comprender los riesgos a los que se pueden ver expuestos, así como la manera de prevenirlos. Los niños y niñas deben aprender a defenderse y los adultos debemos enseñarles cómo hacerlo.

Para poder autoprotegerse deben de conocer su entorno y ser conscientes de los riesgos que implica su situación personal, sus características, sus capacidades, sus carencias, el lugar donde viven... Porque dependiendo de todo ello los riesgos serán distintos. Por ejemplo, no es lo mismo vivir en el campo que en la ciudad, cada entorno conlleva unos riesgos diferentes.

Para ser capaces de protegerse deben de identificar primero los riesgos para poder mitigarlos. Por ello los adultos deben de fomentar su autoprotección, promoviendo el conocimiento de esos riesgos y explicándoles con palabras adecuadas a su edad y capacidades cuáles son y cómo deben actuar frente a ellos.

Los adultos deben acompañarlos en sus actividades e ir explicándoles en cada ocasión cuáles son los peligrosos a los que pueden verse expuestos, las actividades peligrosas que pueden conllevar riesgos, los posibles accidentes que pueden producirse...

Posteriormente, hay que preguntarles cómo actuarían ante situaciones hipotéticas, como cruzar una calle, si se perdiesen, si

tuviesen que ir solos a un sitio, si se les acercase un desconocido... y aportarles soluciones para que puedan ir construyendo estrategias adecuadas para auto protegerse.

Es indispensable también crear un ambiente de confianza y seguridad, en el que los niños se sientan protegidos y escuchados, y en el que se respeten sus sentimientos y deseos, para que en caso de cualquier problema o situación que les incomode puedan recurrir a los adultos y pedir ayuda.

También debe de potenciarse su autoestima, brindándole a diario respeto y alabando sus buenas decisiones y actitudes. Otra cosa muy importante a trabajar es la comunicación y la interacción. Es necesario mantener y promover desde un inicio, un dialogo permanente con ellos.

Su capacidad de autoprotección debe de orientarse a buscar una respuesta rápida, calmada y eficaz ante cualquier situación de agresión que se les presente. Una respuesta razonada y equilibrada en proporción a la situación, por ello es importante también trabajar su autocontrol. Los niños y niñas deben de aprender a desarrollar capacidades que les permitirán evitar o reducir su exposición a situaciones que los expongan a riesgos físicos, emocionales y/o sexuales.

Es muy importante que niños, niñas y jóvenes sepan cómo funcionan los números de emergencia, cuáles son, para qué sirven y cuándo hay que llamar.

Autoprotección Es el conjunto de medidas de seguridad que cada persona puede adoptar de manera individual para enfrentar los riesgos.

¿Qué es la autoprotección?

La autoprotección es la capacidad que tienen los niños, niñas y adolescentes para reconocer situaciones de riesgo, establecer

límites, decir NO y buscar ayuda de un adulto de confianza. No significa que ellos sean responsables de prevenir la violencia —pues esa es obligación de los adultos y del Estado—, pero sí que pueden desarrollar herramientas para cuidarse y alertar a tiempo.

Principios de la autoprotección

- Mi cuerpo es mío: Nadie tiene derecho a tocarme de manera que me haga sentir incómodo o asustado.
- Tengo derecho a decir NO: No importa si es un adulto, un familiar o un conocido.
- Debo contar lo que me pasa: El silencio protege al agresor, hablar me protege a mí.
- Siempre habrá adultos de confianza que me crean y me ayuden.
- No tengo la culpa de la violencia: El único responsable es quien la ejerce.

Pautas prácticas de autoprotección Para niños y niñas pequeños

- Identificar las partes privadas del cuerpo (las cubiertas por el vestido de baño).
- Aprender a diferenciar entre caricias buenas (afecto) y caricias malas (abuso).
- No aceptar regalos, dulces o promesas de secretos a cambio de contacto físico.
- Memorizar al menos dos teléfonos de adultos de confianza.

Para adolescentes

- Reconocer que el abuso también puede darse en espacios digitales (redes sociales, chats, juegos en línea).
- No compartir fotos íntimas ni aceptar presiones para hacerlo.
- Confiar en su intuición: si una situación incómoda, probablemente es riesgosa.
- Practicar frases de autoprotección: 'No me gusta, no lo hagas', 'Voy a contar lo que pasó', 'Déjame en paz, no me toques'.

Estrategias en el entorno escolar y comunitario

- Identificar a adultos protectores en la escuela (docentes, orientadores, directivos).
- Participar en talleres de prevención y actividades de educación sexual integral.
- Promover espacios seguros para hablar sin miedo ni vergüenza.
- Fortalecer la solidaridad entre pares: si un amigo está en riesgo, animarlo a pedir ayuda.

¿Qué hacer si me siento en riesgo o soy víctima?

- Aléjate de la persona o situación.
- Di NO con firmeza.
- Cuéntalo inmediatamente a un adulto de confianza (mamá, papá, docente, familiar, policía, líder comunitario).
- No guardes secretos que te hacen daño.
- Busca ayuda institucional: Comisaría de Familia, ICBF, Policía de Infancia y Adolescencia, Secretaría de Salud.

- Canales de ayuda en Colombia
- Línea 141 – ICBF (atención gratuita 24 horas).
- Línea 123 – Policía Nacional.
- Línea 122 – Fiscalía General de la Nación (denuncia de delitos).
- Comisarías de Familia y Defensorías de Familia en cada municipio.

Recordar siempre que:

- Tu cuerpo es tuyo y debes respetarlo y hacerlo respetar.
- No estás solo ni sola: hay adultos que te creen y te ayudan.
- Hablar y pedir ayuda es un acto de valentía.
- La violencia sexual no es tu culpa.

CON QUIEN PUEDO CONTAR PARA PEDIR AYUDA?

- **BUSCA PERSONAS DE REFERENCIA.** Piensa en aquellas personas adultas (protectoras y de seguridad) de tu alrededor (familia, colegio, etc) que te podrían ayudar.
- **EXPLICA LO QUE SUCEDE.** Diles que necesitas que te escuchen. Explica lo que te ocurre.
- **SENTIMIENTOS.** Expresa cómo te hace sentir.
- **SOLICITA SU AYUDA.** Expresa la necesidad de ayuda.

RECUERDA

- Lo que te hace sentir mal (triste, nerviosismo, preocupación, etc) debes compartirlo.
- Tú no eres el culpable.
- No te justifiques ni te disculpes por pedir ayuda.
- Si esa persona no te ayuda, pide ayuda a otras personas. Insiste.

LOS/AS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES SON SUJETOS DE DERECHOS.

PAUTAS DE PREVENCION DEL ABUSO SEXUAL A NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

- Soy VALIOS@, por ello cuido y protejo mi cuerpo.
- Mi cuerpo es lindo, es mío y de nadie más.
- Tengo derecho a rechazar caricias inapropiadas o que no me gustan en mi cuerpo.
- Mis partes íntimas se respetan y nadie las toca.
- Yo reconozco mis sentimientos frente a situaciones de riesgo que me hacen sentir mal y los expreso con un adulto de confianza para mí.
- Yo busco apoyo en personas que me puedan ayudar cuando me siento en riesgo.
- Yo creo en una persona adulta honesta y responsable que no me cause daño.
- No debo sentirme culpable por lo que otros hagan mal.
- Soy un ser humano bueno y todos me quieren por eso me quiero y me cuido.
- Yo pongo límites a los contactos físicos que no me agradan y son inapropiados.
- Yo tengo una regla de que vale oro, nadie toca MI CUERPO.
- Yo digo hasta donde otras personas pueden acercarse sin sentirme incomodo.
- Cuando pienso que me va a pasar algo o que un adulto me va a hacer algo, estoy en riesgo debo alejarme, decir no y pedir ayuda a un adulto de confianza.
- No voy a guardar secretos malos e inapropiados.
- Yo, puedo decir NO.
- No permito que otros niños ni adultos toquen las partes del cuerpo cubiertas por ropa interior.
- No toco las zonas que cubre la ropa interior de otros niños o adultos.
- Siempre uso Mi ropa interior es un "escudo", me protege.

Sesión 3: Pautas y Prevención y Rutas De denuncias.

Talento Humano Capacitador:

- María Laura Fuentes Muñoz – Defensoría del Pueblo

Objetivo

Orientar a profesionales, padres y comunidades sobre los mecanismos formales disponibles en Colombia para denunciar el abuso hacia NNA.

Introducción

La denuncia es un paso crucial para la protección de NNA víctimas de abuso. En Colombia existen canales específicos, tanto administrativos como judiciales, que garantizan la activación de medidas inmediatas de protección. Este capítulo detalla las principales rutas de denuncia a disposición de la ciudadanía.

La importancia de prevenir

La prevención es fundamental a la hora de buscar caminos que protejan a niños, niñas y adolescentes de situaciones de abuso sexual. Niños, niñas y adolescentes que tienen una adecuada educación de la sexualidad, que cuentan con figuras de confianza de cuidado y protección, tanto en su familia como en los centros educativos y otros espacios por donde circulan, estarán en mejores condiciones para reconocer y evitar situaciones de riesgo y buscar ayuda.

Estas son cuatro consideraciones que nos podrán guiar, para desarrollar fortalezas en niños, niñas y adolescentes, así como trabajar preventivamente con sus familias y otros referentes de protección:

Cuidar el cuerpo

Es importante enseñar desde pequeños la noción de intimidad, de respeto y de cuidado del cuerpo, que conozcan que hay zonas íntimas que nadie puede tocar, y que hay espacios privados, como el baño, donde se resguarda la intimidad. Es esencial que sepan que hay ocasiones, como las idas al médico, donde puede que tengan

que tocar partes de su cuerpo, pero que antes de hacerlo deben avisarle y explicarle por qué.

- **Ofrecer un ámbito seguro de comunicación:** Es fundamental que en los diversos espacios por donde circulan niños, niñas y adolescentes se genere un clima propicio, de calma y respeto, en que puedan expresarse libremente y sepan que se cree en ellos y que pueden contar sus dudas y preocupaciones sin ser juzgados.
- **Brindar un ambiente de cuidado, sensible a sus necesidades:** Generar relaciones positivas, en las que se reconozcan y atiendan las necesidades de niños, niñas y adolescentes es vital. Todos los espacios educativos, recreativos-culturales, de salud y protección deben promover y generar buenos tratos y asegurar que se les brinde una presencia incondicional.
- **Fortalecer su autoestima:** Los niños, niñas y adolescentes que tienen una valoración positiva de sí mismos están más fortalecidos para poder poner distancia si tuvieran que enfrentarse a instancias de violencia o, al menos, si no pueden evitarla, solicitar ayuda prontamente. Saberse buenos para una tarea, destreza, actividad genera una mejor autopercepción y contar con personas adultas que creen en ellos y ellas es un factor central de protección. Será clave trabajar en esta dirección en las distintas instituciones que están en contacto con niños y niñas.

Promoción de habilidades De Prevención:

- Enseñar asertividad
- Respeto
- Actitud de escucha
- Estar siempre informados sobre hablar claro sobre la sexualidad
- Advertir sobre el abuso sexual
- Los niños, niñas y adolescentes deben Tener idea clara sobre las áreas privadas del cuerpo y que no se debe permitir la

invasión de su intimidad.

- Saber percibir sus propios sentimientos aceptarlos.
- Conocer sus derechos.
- Conocer y manejar sus capacidades.
- Entender que no saber o no poder defenderse no significa estar de acuerdo.
- Tener conocimiento que la estimulación de los genitales produce sensaciones placenteras y que cuando esto lo hace otra persona diferente a uno mismo, es un abuso sexual.
- Saber que, si esto llega a pasarle, no es su responsabilidad sino la del adulto o adulta que le agredió y debe buscar ayuda de inmediato.
- Contar con una red de apoyo familiar identificada (por ejemplo: mamá, tía, abuela, hermano, hermana).
- Interiorizar estos aprendizajes dependen del respeto, afecto y valoración que reciban de su entorno. Ellos y ellas dependen del respeto, afecto y valoración que reciban de su entorno.

CLAVES DE PROTECCIÓN Y PREVENCIÓN DE ABUSO SEXUAL PARA PADRES Y CUIDADORES
☺ Yo hablo con mis hijos de lo que es el abuso sexual y cómo prevenirlo
☺ Yo le doy a mis hijos confianza para expresar sentimientos emociones y hablar todo tipo de temas.
☺ Yo protejo a mi hijo cuando me expresa que se siente incómodo o asustado con las caricias o palabras de un adulto.
☺ Yo enseño a mis hijos a no guardar secretos malos
☺ Cuando mis hijos quedan bajo el cuidado de otro adulto por varias horas, yo pregunto a mis hijos a que jugaron, de que hablaron, como se relacionaron con él y si se sienten bien o no con él o ella.
☺ Yo le digo a mis hijos que son personas maravillosas y que su cuerpo es un tesoro que hay que cuidar y proteger
☺ Yo les digo a mis hijos que los amo, los protejo y defiendo siempre
☺ Yo, pregunto a mis hijos de vez en cuando qué relación tiene con la gente de su entorno.
☺ Yo, estoy alerta si observo cambios de conducta en mis hijos (silencios, aislamiento, llanto, orinarse, miedo, pesadillas, negación de estar con algún adulto o de ir a alguna casa o lugar)
☺ Yo, no obligo a mis hijos a saludar de beso o de la mano a quien ellos no quieren
☺ Yo, no obligo a mis hijos a saludar de beso o de la mano a quien ellos no quieren
☺ Yo, no mando de vacaciones a mis hijos con ningún familiar
☺ Yo, no obligo a mis hijos a saludar de beso o de la mano a quien ellos no quieren
☺ Yo, no llevo a mis hijos a reuniones en donde voy a ingerir alcohol
☺ Yo, enseño a mis hijos a no recibir dinero de ningún adulto
☺ Yo, no culpo a mis hijos si un adulto los abusa o toca
☺ Yo, no los hago avergonzar delante de otros si me cuenta que ha sido tocado o se siente incomodo

PREVENCIÓN EN EL HOGAR
¿Cómo prevenir el Abuso Sexual Infantil en el hogar?
Habla con claridad a los niños acerca de los riesgos que los rodean.
Conversa con tus hijos y brindales confianza.
Debes estar pendiente de las salidas al parque o a la casa de amigos.
Los niños deben conocer los teléfonos de las personas de confianza.
Enséñale a tu hijo que existen partes del cuerpo intimas y fortalece su autoestima.
No envies a tus hijos a hacer mandados solos.
Enséñale a tu hijo la diferencia entre secretos malos y buenos.
Supervisa los sitios web que visitan tus hijos.
Enséñales a tus hijos a no aceptar 'regalos' a cambio de favores.
Sintomas de alarma:
Infección o flujo vaginal.
Infección urinaria crónica que no tenga una causa médica que la justifique.
Infecciones de transmisión sexual.
Enrojecimiento, moretones, rasguños, heridas o
cualquier tipo de lesiones en cuello, boca, senos, nalgas, bajo abdomen o muslos.
Sangrado o heridas en el área genital o anal.
Dolor de cabeza y dolor abdominal crónico
sin enfermedad o situación especial que lo justifique (Pueden ser producidos por la ansiedad que ocasiona el abuso sexual).
Dolor al orinar o defecar.
Dificultad para caminar o sentarse.
Molestias anales, estreñimiento o diarreas a repetición.
Gestación en menor de 14 años

DOCENTES (Identificación del abuso en las aulas de clase)
¿Cómo saber desde el aula de clase, si un NNA es victima de Abuso Sexual?
Los niños victimas de este tipo de violencia generalmente presentan este tipo de comportamientos:
Pesadillas y problemas de sueño.
Desordenes alimentarios.
Ideas e intentos suicidas.
Cambios en el rendimiento escolar.
Alteraciones del lenguaje y la motricidad.
Aislamiento.
Agresividad.
Miedo generalizado o ante la presencia de determinadas personas.
Dificultad para expresar sentimientos
Conocimiento y términos sexuales inapropiados para la edad.
*La presencia de alguno de estos comportamientos no siempre implica que un niño o niña ha sido victima de abuso sexual.

Rutas y Entidades Competentes Para La Atención De La Violencia Sexual

La atención de NNA víctimas de violencia sexual debe ser diferenciada, específica e integral. Por esto, la normatividad existente ha reglamentado y creado diversas rutas, en las que se establece que las víctimas de violencia sexual tienen derecho a una atención

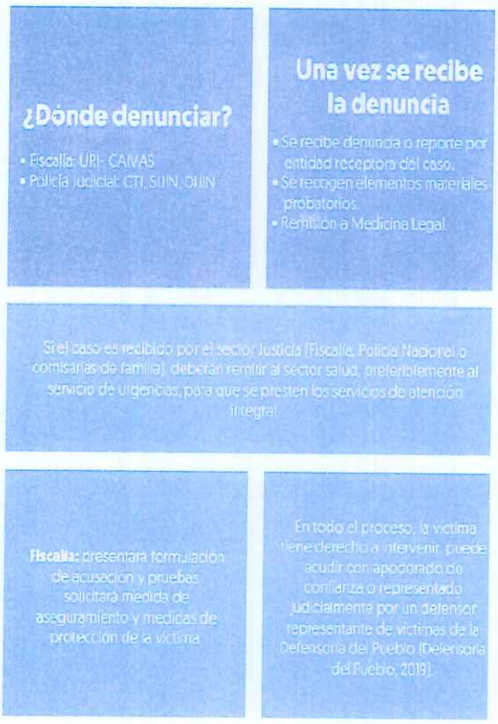
integral y al restablecimiento de sus derechos. Para ello, las entidades deben trabajar conforme a sus competencias, encontrando dentro de las diversas rutas los siguientes actores:

- Entidades de salud (IPS, EPS)
- Fiscalía General de la Nación
- Comisarías de familia
- Defensorías de familia
- Policía
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
- Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses.
- Defensoría del Pueblo

Estas instituciones deben trabajar de manera articulada en tres aspectos: salud, protección y justicia, teniendo en cuenta que cualquier actor puede conocer de manera inicial el caso de violencia sexual y que debe atender y activar la ruta correspondiente. Para aquellos casos ocurridos dentro de las primeras 72 horas, es importante que, independientemente del actor que conozca el caso, se active la ruta de salud con el fin de asegurar la atención prioritaria a la víctima y realizar la profilaxis para evitar el riesgo de contagio de enfermedades de transmisión sexual.

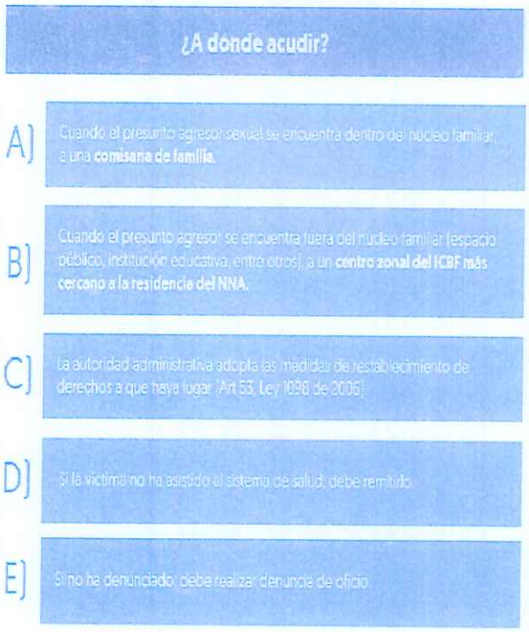
Ruta De Justicia

Todo hecho de violencia, sea sexual o física, hacía un NNA debe ser denunciado, según el artículo 67 de la Ley 906 de 2004:" Toda persona debe denunciar a la autoridad los delitos de cuya comisión tenga conocimiento y que deban investigarse de oficio". Es por esto que, se debe tener en cuenta que no se requiere de denuncia por parte de la víctima para activar la ruta, cualquier persona puede denunciar.



Ruta de protección

Esta ruta debe ser activada para el restablecimiento de los derechos de las víctimas de violencia sexual, en especial la de los niños, las niñas y los adolescentes.



Actividad lúdica:

Se seleccionarán **seis participantes** del grupo para representar a sus equipos.
Cada participante pertenecerá a un equipo conformado por el resto de los integrantes (por ejemplo, de 4 a 6 personas por grupo).

Uno a uno, los seis representantes girarán la **"Ruleta del Autocuidado y la Prevención"**.

Según el color o número en el que caiga, deberán responder una **pregunta** o realizar una **acción** relacionada con los contenidos de la cartilla.

Si el equipo responde correctamente o cumple adecuadamente la acción, ganará un **punto**.

Al finalizar todas las rondas, se sumarán los puntajes y **ganará el grupo que obtenga la mayor cantidad de puntos**, reconociendo su participación y conocimiento sobre el autocuidado y la prevención del abuso sexual. Y se procederá hacer entrega de una infografía institucional que plasmará la Ruta de Atención Integral de las Violencias por Razones de Sexo y Género de las Mujeres, Niños, Niñas y Adolescentes del Municipio de Valledupar

29 de octubre de 2025:
Construcción y divulgación de piezas comunicativas dirigido a niños y niñas, adolescentes y padres de familia para la prevención y el autocuidado respecto abuso sexual para socializarse en redes sociales.

29 de octubre de 2025:
Jornada de movilización social: "Tu silencio protege al agresor. Tu voz protege a la niñez"

Justificación:
La movilización social se desarrolla en el marco de la **estrategia XIV Maratón contra el Abuso Sexual de Niños, Niñas y Adolescentes**

– **Valledupar te Cuida**, como acción que busca **fomentar el rechazo colectivo frente al abuso sexual infantil y promover la participación activa de las instituciones y la comunidad en la protección de los derechos de la niñez y la adolescencia**.

La actividad constituye un espacio de expresión simbólica y compromiso ciudadano frente a la prevención del abuso sexual, el reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos, y la corresponsabilidad social en la garantía de entornos seguros y protectores.

Objetivo:
Realizar una jornada de movilización social en rechazo al abuso sexual de niños, niñas y adolescentes, fortaleciendo el compromiso institucional y comunitario en la defensa y protección de los derechos de la niñez y la adolescencia en el municipio de Valledupar.

Instalación de la jornada de movilización:

- Bienvenida:
  En representación del Hospital Eduardo Arredondo Daza, se dará inicio al encuentro con una cálida bienvenida a todos los asistentes, resaltando la importancia de su presencia en este espacio de información en salud.
  Seguidamente, se presentará al equipo responsable del **Plan de Intervenciones Colectivas (PIC)**. A continuación, se explicará el PIC como una estrategia articulada entre la **Secretaría Local de Salud** y el **Hospital Eduardo Arredondo Daza**, bajo la administración del señor alcalde, enfocada en mejorar la calidad de vida de la población valduparense a través de **acciones integrales en salud pública**.
- **Indicaciones:**
  1. **Punto de partida y recorrido:** La movilización iniciará en la **Calle 6 con Carrera 42**, subiendo por la Calle 6 hasta la **Carrera 44**, donde se girará a la izquierda para continuar hasta llegar al **Parque La Nevada**, punto final del

recorrido.

2. **Firma del Pacto Institucional:** Una vez instalados en el **Parque La Nevada**, se llevará a cabo el **acto simbólico de firma del Pacto Institucional por la Prevención del Abuso Sexual Infantil**, el cual será suscrito por el **señor alcalde del municipio de Valledupar o su delegado**, en presencia de las instituciones participantes, líderes comunitarios, representantes educativos y ciudadanía en general, como muestra del compromiso conjunto por la protección integral de los niños, niñas y adolescentes.
3. **Firma con huella en el telón blanco:** Posteriormente, se realizará la **firma con huella en el telón blanco**, donde el personal de la administración municipal, las entidades participantes y miembros de la comunidad dejarán la **huella de sus manos** como símbolo del **pacto comunitario**, representando la unión, la corresponsabilidad y el rechazo colectivo frente a todo tipo de violencia y abuso hacia los niños, niñas y adolescentes.
4. **Lectura pública y entrega de reconocimiento:** Finalmente, se realizará la **lectura pública de la entrega del reconocimiento departamental** al **señor alcalde del municipio de Valledupar o a su delegado**, en agradecimiento por su **compromiso y gestión a favor de la infancia y la adolescencia**, destacando su apoyo a las acciones preventivas y de protección de los derechos de los niños, niñas y adolescentes del municipio.

Instalación:

Se realizará una breve retroalimentación orientada a resaltar el propósito central de la actividad y la importancia de la articulación interinstitucional en la protección integral de los niños, niñas y adolescentes. En este espacio, se contará con la participación del señor **Edwin Girón**, delegado del señor alcalde del municipio de Valledupar, quien ofrecerá unas palabras de apertura en las que destacará el compromiso de la administración municipal con la **prevención del abuso sexual infantil** y la **promoción de entornos**

seguros, protectores y libres de violencia para la niñez y la adolescencia.

Posteriormente, intervendrá la señora **Jaide Medina Calderón**, secretaria local de salud, quien dirigirá un mensaje inspirador en el que enfatizará la **corresponsabilidad de los distintos sectores** en la defensa y garantía de los derechos de la infancia y la adolescencia. Asimismo, destacará la necesidad de **fortalecer el acompañamiento institucional y comunitario** como pilares fundamentales para la construcción de una sociedad más justa, equitativa y protectora.

Finalmente, el señor **Moisés David Calderón**, líder de juventud, realizará una intervención emotiva orientada a reconocer el papel protagónico de las nuevas generaciones en la **construcción de una cultura basada en el respeto, la empatía y la prevención del abuso**. Su mensaje buscará motivar a los jóvenes a asumirse como **agentes de cambio** y **defensores activos de los derechos** de los niños, niñas y adolescentes, reafirmando que proteger será un acto de amor, compromiso y responsabilidad compartida.

Una vez culminado el acto protocolario, se procederá a desarrollar las **actividades lúdicas**, orientadas a promover la participación activa de los asistentes y a reforzar los mensajes de sensibilización frente a la **prevención del abuso**, el **reconocimiento de los derechos de la niñez** y la **construcción de entornos protectores**

Actividad: "La Voz que Protege"

Participantes: Niños, niñas, adolescentes y comunidad en general

Objetivo: Promover la reflexión colectiva sobre la importancia de romper el silencio y alzar la voz para proteger a la niñez.

Desarrollo de la actividad

El facilitador dice:

"Hoy queremos alzar la voz por los niños, niñas y adolescentes. Cada palabra que pronunciemos será una promesa de protección y amor."

Dinámica: Se entrega a cada participante un globo de color amarillo (símbolo de protección).

El facilitador pide que, uno a uno, digan en voz alta una palabra que represente protección o cuidado (por ejemplo: amor, respeto, confianza, apoyo, escucha).

A medida que cada persona habla, infla su globo o levanta su cinta.

Cuando todos hayan participado, se eleva el coro:

"¡Nuestra voz protege, nuestro silencio no!"

Cierre (5 minutos):

El facilitador reflexiona:

"Así como llenamos estos globos con aire, llenemos nuestro entorno de palabras, acciones y gestos que protejan a los niños y niñas. Recordemos: la voz que protege, transforma."

Actividad Lúdica: "¡Alza la voz! Mi cuerpo, mi decisión" - Universidad Popular del Cesar

Objetivo: Sensibilizar a la comunidad sobre la prevención del abuso sexual infantil, promoviendo la protección, el respeto y el acompañamiento de los niños y niñas.

Personajes:

- **Narradora:** Maibeth
- **Sofía niña, personaje principal:** Julián Rivera
- **Amigo de Sofía:** Jonatan orozco
- **Mamá de Sofía: Patricia**
- **Agresor de Sofía:** Donovan Redondo
- **Representante policial:** Luis céspedes
- **Grupo de apoyo y voces colectivas:** Roxana, Sandy,

fabian, Sebastián, Alberto, Loreinis y wendys

GUION

(Inicio de la escena – en medio de la caminata)

(El grupo se detiene. Suena una música suave y el narrador/a toma el micrófono.)

Narrador/a:
¡Atención comunidad!

Hoy caminamos juntos por una causa que nos une: proteger a nuestros niños y niñas del abuso sexual. Porque cada paso que damos, es un paso hacia el respeto, el amor y la prevención.

(Entra Sofía caminando con su mamá y su amigo. Ríen, llevan globos o pancartas que digan "Mi cuerpo me pertenece")

Escena 1: El cuidado en casa

Madre: —Sofía, recuerda que tu cuerpo es solo tuyo. Nadie debe tocarte en las partes privadas, ni pedirte guardar secretos que te hagan sentir incómoda.

Sofía (sonriente): —Sí, mamá. Si algo me incomoda, te lo digo enseguida.

Amigo/a: —Y yo también hablaré con mi mamá o con mi profe si me pasa algo raro.

(El público aplaude. Entra el narrador.)

Narrador/a: El primer paso para prevenir es hablar sin miedo y creer en los niños.

Escena 2: El intento de engaño *(Aparece el "agresor", con actitud sospechosa, sin contacto físico. Puede tener un cartel que diga "Mentiras" o "Engaño").*

Agresor: —Hola, Sofía. Ven, te tengo un regalo. Pero no le digas a nadie, será nuestro secreto.

Sofía (dudando, da un paso atrás): —No, gracias. ¡Yo no guardo secretos que me hacen sentir mal!

Amigo/a: —Vamos Sofía, no hablemos con desconocidos.

(Sofía y su amigo corren hacia su mamá.)

Madre: —¡Muy bien, hija! Actuaste correctamente. Si alguien te pide guardar un secreto raro, di NO, aléjate y cuéntalo.

Narrador/a (con tono firme): El silencio es el mejor aliado del abusador. Romperlo es el primer acto de valentía.

Escena 3: La comunidad protege *(Entra un representante de la comunidad o policía con un cartel: "¡Denuncia! No estás sola").*

Representante: —Si un niño habla, debemos escucharlo, creerle y actuar.
El abuso no se oculta, se enfrenta con unión y protección.

Narrador/a: Todos somos responsables: padres, maestros, vecinos. Un niño protegido hoy, será un adulto fuerte mañana.

Escena final – Mensaje colectivo

(Todos los personajes se unen, levantando carteles con frases cortas y poderosas. Puede sonar una música inspiradora de fondo.)

Todos (en coro):

- ¡Mi cuerpo me pertenece!
- ¡No guardes silencio!
- ¡Di NO al abuso, SÍ al respeto!
- ¡Escucha, protege, denuncia!

Narrador/a (cierre): hoy, en esta caminata, recordamos que la prevención del abuso sexual infantil comienza con la educación, la

escucha y el amor.

Cuidar a los niños es responsabilidad de todos. *(Todos levantan los brazos o pancartas con el lema final: "¡Por la niñez libre y segura!"*

Actos Simbólicos

Terminadas las actividades lúdicas, se dará paso a los actos simbólicos de cierre, los cuales reafirmarán el compromiso institucional y comunitario con la protección de los niños, niñas y adolescentes. En este sentido, se llevará a cabo la firma del Pacto Institucional por la Prevención del Abuso Sexual Infantil, la cual será realizada por el señor Edwin Girón, delegado del alcalde del municipio de Valledupar, en presencia de las instituciones participantes, líderes comunitarios, representantes del sector educativo y ciudadanía en general, como muestra del compromiso conjunto por la protección integral de la niñez y la adolescencia.

Acto seguido, se desarrollará la firma con huella en el telón blanco, donde el personal de la administración municipal, las entidades participantes y miembros de la comunidad dejarán la impresión de sus manos como símbolo del pacto comunitario, reflejando la unión, la corresponsabilidad y el rechazo colectivo frente a toda forma de violencia y abuso hacia los niños, niñas y adolescentes.

Finalmente, se llevará a cabo la lectura pública y entrega de los certificados de reconocimiento departamental, los cuales serán recibidos por la señora Jaide Medina Calderón, secretaria local de salud, y el señor Edwin Girón, delegado del alcalde del municipio de Valledupar, en agradecimiento por su compromiso y gestión en favor de la niñez y la adolescencia, destacando su respaldo a las acciones preventivas y de protección de los derechos de los niños, niñas y adolescentes del municipio. En el marco de este acto, también se realizará la entrega de una infografía institucional que plasmará la Ruta de Atención Integral de las Violencias por Razones de Sexo y Género de las Mujeres, Niños, Niñas y Adolescentes del Municipio de Valledupar, con el propósito de que la comunidad conozca su existencia y sepa cómo actuar ante posibles casos de vulneración de

	derechos, fortaleciendo así la respuesta oportuna y la articulación intersectorial en la atención y protección de las víctimas. Posteriormente se procederá a **instalar el telón blanco del Pacto Comunitario** y la **bandera** en las instalaciones de la alcaldía de Valledupar, como parte de las acciones simbólicas que reforzarán el compromiso institucional y comunitario con la protección de los niños, niñas y adolescentes.
Elaboro: Angel Luis Morales Ramirez Reviso y Aprobó: Delia Karina Meza Información tomada de archivos, artículos, documentales de Redalyc, Scielo, repositorios de Universidades, Libros virtuales , entre otros así como también videos de Youtube.	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD · Valledupar se cuida	E.S.E HOSPITAL HEDUARDO ARREDONDO DAZA PLAN DE INTERVECION COLECTIVA VIGENCIA 2025 AREA SEXUALIDAD, DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	HEAD · PIC

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES			
ESTRATEGIA	XIV Maraton contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes – Valledupar te cuida		
ESTRATEGIA DE FORMACION	28 de Octubre de 2025	2:00 Pm	Institucion Educativa Milciades Cantillo
JONADA DE MOVILIZACION SOCIAL	29 de Octubre de 2025	7:00 am	Comuna 5 Escuela Urbana Mixta la Nevada – Parque La Nevada
RESPONSABLES	Equipo del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC)		

BELKIS CORDOBA QUINTERO
COORDINADORA PIC 2025

ANGEL MORALES RAMIREZ
REFERENTE ASDSR

XIV MARATON CONTRA EL ABUSO SEXULA DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES - VALLEDUPAR TE CUIDA

ESTRATEGIA DE FORMACION I.E MILCIADES CANTILLO



Valledupar, **17 de octubre de 2025**

Señor
Javier Ramirez Molina
Rector Institución Educativa Milcíades Cantillo Costa

Asunto: Solicitud de concertación interinstitucional para el desarrollo del proceso de formación en prevención del abuso sexual infantil.

Cordial saludo.

El Hospital Eduardo Arredondo Daza E.S.E., a través del **Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) 2025** y en el marco de la estrategia **"XIV Maratón contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes – Valledupar Te Cuida"**, tiene proyectado desarrollar un **proceso de formación y sensibilización en prevención del abuso sexual** dirigido a **niños, niñas y adolescentes menores de 14 años, docentes, padres, madres y cuidadores** de su institución educativa, el cual está programado para el **28 de octubre de 2025**.

Este proceso busca **brindar orientaciones claras, técnicas y normativas para la identificación, prevención, atención y denuncia del abuso hacia niños, niñas y adolescentes en Colombia**, fortaleciendo las **capacidades de las familias, comunidades y sectores responsables de su protección**. Durante el desarrollo de la actividad se abordarán temas como **las formas de abuso hacia niños, niñas y adolescentes, las claves de autoprotección y las pautas de prevención y rutas de denuncia**, promoviendo la creación de entornos protectores y el reconocimiento de los derechos de la niñez y la adolescencia.

Con el fin de **articular esfuerzos interinstitucionales y definir aspectos logísticos, metodológicos y de participación**, solicitamos muy respetuosamente la **concertación de una reunión entre el equipo del área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos del Hospital Eduardo Arredondo Daza y su despacho**, para coordinar de manera conjunta las acciones requeridas para la implementación de esta jornada formativa.

Agradecemos de antemano su atención y disposición para avanzar en esta articulación, orientada al fortalecimiento de los factores protectores y a la promoción de una cultura de prevención, cuidado y denuncia oportuna ante cualquier situación de vulneración de derechos.

Recibe
PA
18/10/2025
3:30pm.

Angel Morales

Ángel Luis Morales Ramírez
Enfermero – E.S.E. Hospital Eduardo Arredondo Daza
Referente Área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos
Plan de Intervenciones Colectivas – PIC 2025
Cel: 311 421 5486

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD	SECRETARIA LOCAL DE SALUD ACTA DE REPORTE DE ACTIVIDADES	HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ÁREA:	SEXUALIDAD, DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS					
LUGAR:	INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO	**FECHA**	20 DE OCTUBRE DE 2025	**HORA INICIO**	2:00 PM	
			20 DE OCTUBRE DE 2025	**HORA FINAL**	2:20 PM	

TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACION**	X	**CARACTERIZACION**	
	DIALOGO		**VISITA**		**OTRA/CUAL:**			

TEMA:	Concertación para la realización de la estrategia de formación en prevención del abuso sexual **dirigida a** niños, niñas y adolescentes menores de 14 años, docentes, padres de familia y madres comunitarias**.**
OBJETIVO:	Concertar el desarrollo de las diferentes actividades contempladas en el lineamiento de la "XIV Maratón contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes – Valledupar te Cuida", correspondientes al área de sexualidad, derechos sexuales y reproductivos, en el marco del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) del municipio de Valledupar, vigencia 2025
POBLACIÓN OBJETIVO:	Coordinador academico – Referente del área de sexualidad derechos sexuales y reproductivos del plan de intervenciones colectivas 2025

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Previa concertación de fecha, hora y lugar entre la **E.S.E. Hospital Eduardo Arredondo Daza (HEAD)** y la **Institución Educativa Milcíades Cantillo Costa**, se da inicio a la reunión a las **2:00 p. m.**, en las instalaciones del plantel educativo.

El objetivo principal del encuentro es **acordar el desarrollo de las actividades correspondientes al área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos**, en el marco del **Plan de Intervenciones Colectivas (PIC)** del municipio de **Valledupar**, vigencia **2025**, específicamente en lo relacionado con la estrategia **"XIV Maratón contra el Abuso Sexual de Niños, Niñas y Adolescentes – Valledupar Te Cuida"**, mediante la implementación de la **estrategia de formación en prevención del abuso sexual** dirigida a **niños, niñas y adolescentes menores de 14 años, docentes, padres de familia y madres comunitarias**.

En representación de la **E.S.E. HEAD** participa el **enfermero Ángel Luis Morales Ramírez**, referente del área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos, quien lidera la reunión. Por parte de la institución educativa asiste el **coordinador académico, señor Idelfonso Buelvas**.

Durante el desarrollo del encuentro, se realiza la **exposición detallada de la actividad**, destacando como propósito **brindar orientaciones claras, técnicas y normativas para la identificación, prevención, atención y denuncia del abuso hacia niños, niñas y adolescentes (NNA) en Colombia**, fortaleciendo las capacidades de las familias, comunidades y sectores responsables de su protección.

Posteriormente, se socializan las **sesiones temáticas a desarrollar**, así:

- **Sesión 1:** Formas de abuso hacia niños, niñas y adolescentes.
- **Sesión 2:** Claves de autoprotección.
- **Sesión 3:** Pautas de prevención y rutas de denuncia.

Asimismo, se informa que la **estrategia de formación** está dirigida a **estudiantes, padres de familia, cuidadores y docentes**, debiendo garantizar la **participación de 200 niños y niñas de manera equitativa**.

En este sentido, el señor **Idelfonso Buelvas** manifiesta que **no garantiza la asistencia total de los padres de familia**, debido a que la mayoría se dedica a actividades de venta informal; sin embargo, **se compromete a realizar la convocatoria correspondiente** con el propósito de promover su

participación en la actividad.

De igual manera, se establece que los **niños y niñas no firman el formato de asistencia**, dado que, por **políticas institucionales**, no se permite que los estudiantes, por ser menores de edad, firmen documentos. En este sentido, la **institución educativa expide un certificado de constancia** que evidencia la **realización de la actividad**, indicando el **número total de participantes y la relación de los grados involucrados**.

Finalmente, se definen los **aspectos logísticos** de la actividad:

- **Fecha:** 28 de octubre de 2025.
- **Hora:** 2:00 p. m.
- **Grados:** 5 (Quinto) y 4 (Cuarto)
- **Expedición de certificado:** constancia de la actividad con el número de niños y niñas participantes.

Siendo las **2:20 p. m.**, se da por **culminada la mesa de concertación**, quedando plasmados los siguientes **compromisos**:

COMPROMISOS

No.	Tarea/actividad	Responsable	Fecha de compromiso
1.	Realizar la convocatoria a padres y madres de familia con el fin de promover su participación en la estrategia de formación en prevención del abuso sexual.	IDELFONSO BUELVAS	28 DE OCTUBRE DE 2025
2.	Expedir certificado de constancia que evidencie la realización de la actividad, incluyendo el número total de niños y niñas participantes y la relación de los grados involucrados.	IDELFONSO BUELVAS	28 DE OCTUBRE DE 2025

REGISTROS FOTOGRÁFICOS



ANEXOS:	Oficio			
VALIDADORES DEL ACTA	**Responsable del diligenciamiento:**	Angel Luis Morales Ramirez		
	Cargo/ cedula:	Referente Del Área De Sexualidad, Derechos Sexuales Y Reproductivos PIC/ Cc: 1065834237		
	NOMBRE	**CARGO/ ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	IDELFONSO BUELVAS	COORDINADOR ACADEMICO INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO	73180895	

BIENESTAR FAMILIAR
Clasificada
No. 20254140000031682
Código web: glSqh0f071o4P7lqaMmTFr4OXbg=
Radicador: HERNAN ENRIQUE JIMENEZ TORRES Fecha: 2025-10-22 15:15 Folios: 1
Remitente: E.S.E. HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA VALLEDUPAR
Destino: DIRECCION REGIONAL CESAR
Asunto: solicitud de apoyo para la sesion 2 para el dia 28 de octubre

Valledupar, 22 de octubre de 2025

Señora
Rosa María Medina Romero
Directora Instituto Colombiano de Bienestar Familiar – ICBF
Regional Cesar

Asunto: Solicitud de apoyo para la Sesión 2 "Claves de Autoprotección" – Estrategia de formación

Cordial saludo,

La Secretaría Local de Salud de Valledupar y el Hospital Eduardo Arredondo Daza – HEAD, a través del Área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) 2025, en el marco de la estrategia **"XIV Maratón contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes – Valledupar te cuida"**, se permiten solicitar de manera respetuosa el valioso apoyo del **Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)** para el desarrollo de la **Sesión 2: "Claves de Autoprotección"**, dirigida a niños, niñas y adolescentes menores de 14 años. Esta actividad se llevará a cabo en la **Institución Educativa Milciades Cantillo**, el día **28 de octubre de 2025**, a las **2:00 p.m.**

En atención a los lineamientos de la Secretaría Departamental de Salud, se busca articular esfuerzos con su institución para contar con un expositor designado por el ICBF, a quien se le brindará el material correspondiente, garantizando la calidad técnica, la pertinencia temática y un lenguaje claro y adecuado para la población participante.

Para confirmar el acompañamiento institucional o la persona delegada para esta sesión, agradecemos comunicarse al número telefónico **311 421 5486 – 304 384 7941** o al correo electrónico **pic@headese.gov.co**.

Reiteramos nuestro agradecimiento por su permanente compromiso en las acciones encaminadas a la promoción, protección y garantía de los derechos de la niñez y la adolescencia del municipio de Valledupar.

BELKIS CORDOBA QUINTERO
COORDINADORA PIC 2025

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.	GESTIÓN DE DIRECCIÓN.	Código: GDIRCI001
		Versión: 01
	COMUNICACIÓN EXTERNA.	Fecha: 30/01/2025
		Página 1 de 1

Valledupar, 22 de octubre de 2025

Franklin
23/10/25
3:59 pm

Doctora
Ema Yuselsy Molina Roys
Directora Regional del Cesar
Defensoría del Pueblo

Asunto: Solicitud de apoyo para la Sesión 3 "Pautas de prevención y rutas de denuncia" – Estrategia de Formación.

Cordial saludo,

La Secretaría Local de Salud de Valledupar y el Hospital Eduardo Arredondo Daza – HEAD, a través del Área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) 2025, en el marco de la estrategia **"XIV Maratón contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes – Valledupar te cuida"**, se permiten solicitar de manera respetuosa el valioso apoyo de la **Defensoría del Pueblo – Regional Cesar** para el desarrollo de la **Sesión 3: "Pautas de prevención y rutas de denuncia"**, dirigida a niños, niñas y adolescentes, la cual se llevará a cabo en la **Institución Educativa Milciades Cantillo**, el día **28 de octubre de 2025**, a las **2:00 p.m.**

De acuerdo con los lineamientos establecidos por la Secretaría Departamental de Salud, se busca articular esfuerzos con su entidad para contar con un expositor designado por la Defensoría del Pueblo, a quien se le facilitará el material correspondiente, garantizando la calidad técnica, la pertinencia temática y un lenguaje comprensible y adecuado para la población beneficiaria.

Para confirmar el acompañamiento institucional o la persona delegada para esta sesión, agradecemos comunicarse al número telefónico **311 421 5486 – 304 384 7941** o al correo electrónico **pic@headese.gov.co**.

Reiteramos nuestro agradecimiento por su constante disposición y compromiso en las acciones orientadas a la promoción, protección y garantía de los derechos de la niñez y la adolescencia del municipio de Valledupar.

Cordialmente,

B. Córdoba Q.

BELKIS CORDOBA QUINTERO
COORDINADORA PIC 2025

ÁREA:	SEXUALIDAD, DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS					
LUGAR:	INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO	**FECHA**	28 DE OCTUBRE DE 2025	**HORA INICIO**	2:00 PM	
			28 DE OCTUBRE DE 2025	**HORA FINAL**	5:00 PM	
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**	**TAMIZAJE**	**CONCERTACION**	**CARACTERIZACION**		
	DIALOGO	**VISITA**	**OTRA/CUAL:**	ESTRATEGIA DE FORMACION		
TEMA:	Estrategia de formación en prevención del abuso sexual **dirigida a** niños, niñas y adolescentes menores de 14 años, docentes y padres de familia					
OBJETIVO:	Brindar orientaciones claras, técnicas y normativas para la identificación, prevención, atención y denuncia del abuso hacia NNA en Colombia, fortaleciendo las capacidades de familias, comunidades y sectores responsables de su protección.					
POBLACIÓN OBJETIVO:	Estudiantes de los grados cuarto y quinto, padres de familia y docentes.					

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

A las 2:00 p. m. del martes 28 de octubre del presente año, en el marco de la estrategia "XIV Maratón contra el abuso sexual de niños, niñas y adolescentes – Valledupar te Cuida", se desarrolla la estrategia de formación en la fecha y hora previamente concertadas con el coordinador Idelfonso Buelvas. La actividad es convocada por el Área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos, con el propósito de contribuir a la disminución a 60 la tasa especifica de fecundidad adolescentes de 15 a 19 años.

El objetivo principal de la estrategia de formación consiste en Brindar orientaciones claras, técnicas y normativas para la identificación, prevención, atención y denuncia del abuso hacia NNA en Colombia, fortaleciendo las capacidades de familias, comunidades y sectores responsables de su protección.

Como parte del componente de ambientación, se instalan 2 pendones (área de sexualidad, derechos sexuales y reproductivos; y derechos sexuales y reproductivos) así como de un proyector audiovisual.

Seguidamente, el profesional de enfermería **Ángel Luis Morales Ramírez**, referente del Área de Sexualidad, Derechos Sexuales y Reproductivos las psicólogas **Jessica Arrieta** y **Carolina Gómez**, en el marco del Plan de Intervenciones Colectivas – vigencia 2025, da la bienvenida a los asistentes. En este espacio, explica que dicho plan corresponde a un conjunto de actividades, programas y estrategias ejecutadas por las entidades territoriales con recursos del Sistema General de Participaciones, orientadas a la promoción de la salud, la prevención de la enfermedad, la educación, la vigilancia en salud pública y el fortalecimiento de la participación comunitaria.

Asimismo, se indica que la ejecución del PIC en la institución educativa durante la vigencia 2025 es posible gracias al contrato interadministrativo suscrito entre la Secretaría Local de Salud y la E.S.E. Hospital Eduardo Arredondo Daza, convenio que permite desarrollar acciones con enfoque comunitario y diferencial, en concordancia con el Plan Decenal de Salud Pública y la Política de Atención Integral en Salud.

Posteriormente, se socializa el **objetivo de la estrategia de formación**, el cual consiste en **brindar orientaciones claras, técnicas y normativas para la identificación, prevención, atención y denuncia del abuso hacia niños, niñas y adolescentes (NNA) en Colombia**, fortaleciendo las **capacidades de las familias, comunidades y sectores responsables de su protección**.

Acto seguido, se presenta el **talento humano capacitador** y las **sesiones temáticas asignadas a su**

cargo, así:

- **Sesión 1: Formas de abuso hacia niños, niñas y adolescentes - Talento humano capacitador:**
  - María Paula Quiróz – Secretaría Local de Salud
  - Coraima Pertuz Mejía – Secretaría Local de Salud
- **Sesión 2: Claves de autoprotección - Talento humano capacitador:**
  - Jennifer García – Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)
- **Sesión 3: Pautas de prevención y rutas de denuncia - Talento humano capacitador:**
  - María Laura Fuentes Muñoz – Defensoría del Pueblo

Sesión 1: Formas de Abuso hacia Niños, Niñas y Adolescentes - Talento humano capacitador: María Paula Quiróz y Coraima Pertuz Mejía – Secretaría Local de Salud

Durante el desarrollo de la sesión, las profesionales **María Paula Quiróz** y **Coraima Pertuz Mejía** abordan la temática **"Formas de abuso hacia niños, niñas y adolescentes"**, orientando a los participantes sobre los distintos tipos de violencia y vulneraciones que pueden afectar a esta población.

El **objetivo de la sesión** consiste en **describir las diferentes formas de abuso que pueden presentarse en niños, niñas y adolescentes (NNA)**, brindando ejemplos concretos que facilitan su **identificación y comprensión** por parte de profesionales, familias y comunidades.

En la **introducción**, las facilitadoras explican que **el abuso hacia los NNA trasciende la violencia física**, abarcando diversas conductas que causan daños significativos en su desarrollo integral. Subrayan la importancia de **reconocer sus diferentes manifestaciones** para detectar oportunamente los casos y activar las **rutas de protección institucional**.

Las capacitadoras contextualizan el tema explicando que la **violencia contra los niños, niñas y adolescentes** incluye formas **físicas, sexuales, emocionales, negligencia y explotación**, las cuales pueden presentarse en el hogar, la escuela o la comunidad. Señalan que esta violencia es ejercida por cuidadores, pares o personas extrañas, y puede tener consecuencias graves en la salud física, mental y social, afectando el bienestar y las oportunidades de desarrollo de los menores.

Destacan que la **prevención de la violencia infantil** requiere un **enfoque multisectorial**, en el que el sector salud juega un papel clave para la **detección temprana**, el **apoyo a las víctimas** y la **remisión oportuna a los servicios competentes**.

A lo largo de la sesión, las expositoras describen las **principales formas de abuso**, sus características y ejemplos ilustrativos:

- **Abuso psicológico o emocional:** Conductas que deterioran la autoestima, seguridad y desarrollo emocional de un NNA, como insultos, humillaciones o amenazas.
- **Abuso sexual:** Cualquier actividad de carácter sexual en la que un NNA es utilizado con fines de satisfacción de un adulto u otra persona, con o sin contacto físico. Se resalta que esta forma de abuso constituye una grave violación a los derechos humanos de la infancia.
- **Negligencia o abandono:** Falta de cumplimiento de las necesidades básicas de alimentación, salud, educación o protección.
- **Explotación laboral y económica:** Situaciones donde los NNA son obligados a trabajar en condiciones que afectan su desarrollo o educación.
- **Explotación sexual comercial:** Utilización de niños, niñas y adolescentes en prostitución, pornografía o trata con fines sexuales, considerada una de las formas más severas de violencia.

Las facilitadoras profundizan también en las **manifestaciones del abuso sexual infantil**, señalando las consecuencias **físicas, psicológicas, cognitivas y sociales** que puede generar, entre ellas ansiedad, depresión, bajo rendimiento académico, aislamiento social, trastornos del sueño y alteraciones en la conducta.

Asimismo, abordan los **factores que favorecen las dinámicas del abuso y la explotación sexual infantil**, clasificándolos en:

- **Factores sociales:** estereotipos de género, normalización de la violencia, desconocimiento de la sexualidad infantil y tolerancia social hacia prácticas de explotación.
- **Factores familiares:** relaciones autoritarias, comunicación deficiente, violencia intrafamiliar y desinformación sobre el desarrollo infantil.
- **Factores personales:** condiciones de discapacidad, carencias afectivas, falta de información sobre sexualidad y escasa red de apoyo.
- **Factores del agresor:** historial de maltrato, falta de empatía, consumo de pornografía infantil o presencia de trastornos de personalidad.

En cuanto a la **detección de casos y pautas de actuación**, las expositoras orientan al personal educativo, de salud y psicosocial sobre las **acciones adecuadas ante la sospecha de abuso o explotación sexual infantil**, entre ellas:

- Mantener la calma y evitar interrogar directamente al menor.
- Escuchar con empatía y sin emitir juicios.
- Registrar por escrito lo relatado, sin alterar la información.
- Informar de inmediato a las autoridades competentes y buscar atención especializada.
- Garantizar un trato respetuoso, explicando al niño o la niña los pasos que se seguirán para su protección.

Finalmente, las capacitadoras concluyen que la **prevención, detección y atención del abuso infantil** requiere la articulación de todos los sectores —salud, educación, familia y comunidad—, recordando que **cada adulto tiene la responsabilidad de proteger y salvaguardar los derechos de los niños, niñas y adolescentes**.

Una vez finalizada la **Sesión 1: Formas de abuso hacia niños, niñas y adolescentes**, las participantes **María Paula Quiróz** y **Coraima Pertuz Mejía** concluyen su intervención resaltando la importancia de la detección temprana y la articulación interinstitucional para prevenir y atender las distintas formas de violencia que afectan a la niñez.

Acto seguido, se da paso a la **Sesión 2: Claves de Autoprotección - Talento humano Capacitador:Jennifer García – Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)**

Durante el desarrollo de la sesión, la profesional **Jennifer García**, en representación del **Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)**, aborda el tema **"Claves de autoprotección"**, orientado a fortalecer en los niños, niñas y adolescentes (NNA) las habilidades necesarias para reconocer riesgos, tomar decisiones seguras y solicitar ayuda en situaciones de vulnerabilidad.

El **objetivo de la sesión** consiste en **brindar pautas claras y accesibles de autoprotección**, promoviendo la confianza personal, el reconocimiento de los riesgos y la adopción de conductas seguras frente a posibles situaciones de abuso o amenaza.

En la **introducción**, la facilitadora resalta que la **protección de los derechos de los NNA** es una prioridad establecida en la **Convención sobre los Derechos del Niño** y en la **Ley 1098 de 2006 – Código de Infancia y Adolescencia**, entre otros marcos normativos nacionales e internacionales. Explica que el **abuso sexual infantil** es una de las formas más graves de vulneración de derechos, por lo que su **prevención y detección temprana** deben ser una tarea conjunta de la **familia, la escuela, la comunidad y las instituciones del Estado**.

La capacitadora define la **autoprotección** como la **capacidad que tienen los NNA para reconocer situaciones de riesgo, establecer límites, decir "no" y buscar ayuda de un adulto de confianza**. Precisa que la autoprotección no implica que los menores sean responsables de prevenir la violencia, ya que esa obligación recae en los adultos y el Estado; sin embargo, sí pueden desarrollar

herramientas de cuidado personal y de **alerta temprana**.

Durante su exposición, explica que los adultos son los **principales responsables de la protección y cuidado de los niños y niñas**, pero que también deben **enseñarles progresivamente a protegerse**, ayudándolos a identificar riesgos en su entorno y a construir respuestas adecuadas frente a ellos. Señala que el proceso de autoprotección requiere **conocimiento del entorno, autoconfianza y comunicación constante con los adultos de referencia**.

La profesional destaca que el **acompañamiento y el diálogo permanente** son esenciales para fortalecer la seguridad emocional de los NNA. Recomienda a los adultos **fomentar la comunicación abierta**, propiciar **ambientes de confianza y respeto**, y **reforzar la autoestima**, reconociendo y valorando las decisiones acertadas y las conductas responsables de los niños y adolescentes.

Asimismo, enfatiza que la **autoprotección** debe orientarse al **manejo calmado, razonado y efectivo ante situaciones de riesgo**, desarrollando el **autocontrol emocional** y la capacidad de buscar ayuda oportuna.

Principios de la autoprotección

Durante la sesión, se promueven los siguientes principios fundamentales:

- **Mi cuerpo es mío:** Nadie tiene derecho a tocarme de manera que me haga sentir incómodo o asustado.
- **Tengo derecho a decir NO:** Sin importar si se trata de un adulto, familiar o conocido.
- **Debo contar lo que me pasa:** El silencio protege al agresor; hablar me protege a mí.
- **Siempre hay adultos de confianza que me creen y me ayudan.**
- **No tengo la culpa de la violencia:** El único responsable es quien la ejerce.

Pautas prácticas de autoprotección

Para niños y niñas pequeños:

- Identificar las partes privadas del cuerpo (las cubiertas por el vestido de baño).
- Diferenciar entre caricias buenas (afecto) y caricias malas (abuso).
- No aceptar regalos, dulces ni promesas de secretos a cambio de contacto físico.
- Memorizar los números de al menos dos adultos de confianza.

Para adolescentes:

- Reconocer que el abuso también puede ocurrir en espacios digitales (redes sociales, chats o juegos en línea).
- Evitar compartir fotos íntimas o ceder ante presiones.
- Confiar en su intuición: si una situación resulta incómoda, probablemente es riesgosa.
- Practicar frases de autoprotección como: *"No me gusta, no lo hagas"*, *"Voy a contar lo que pasó"*, *"Déjame en paz, no me toques"*.

Estrategias en el entorno escolar y comunitario

- Identificar a los adultos protectores dentro de la escuela (docentes, orientadores o directivos).
- Participar en talleres de prevención y educación sexual integral.
- Promover espacios seguros de diálogo y confianza.
- Fomentar la solidaridad entre pares, motivando a quienes estén en riesgo a pedir ayuda.

Acciones ante situaciones de riesgo o abuso

La facilitadora enseña a los participantes a actuar de manera inmediata ante posibles amenazas: