Lugar	SDIS- San Martín- Sala 8, Piso 7
Fecha	26/5/2026
Tema	Jornada de Fortalecimiento Técnico mensual Canastas Alimentarias Hogares Indígenas – mayo
Desarrollo	La jornada inicia a las 9:15 a. m. Se da la bienvenida y se procede a realizar lectura de la agenda:

Agenda:

Tema	Responsable	Hora
Revisión de compromisos sesión anterior (21/04/2026)	Subdirección de Nutrición	9:00 – 9:30a.m.
JFT junio (30 de junio) – jornada promoción de actividad física (26/06/2026)	Subdirección de Nutrición – profesionales cabildo	9:30 – 9:45 a.m.
Presentación ajustes ficha técnica sesión plan PPSANAF abril (resultado de acompañamiento)	Inga: Adriana Pérez	9:45 am– 10:15a.m.
Socialización PPSANAF y ficha sesión junio (confirmar fecha)	Cabildo Muisca Bosa: Andrea Acosta	10:15 a 10:45 a.m.
Presentación herramientas pedagógicas	Lilia Patricia: cocina viva Andrea Acosta: circulo de palabra Maria del Pilar: semáforo Adriana: Diario reflexivo Rsosimar: pendiente remitir selección	11:45am – 11: 45am
Participación Canasta alimentarias indígenas evento socialización estrategia IEC - SDIS	Subdirección de nutrición	11:45am – 12:15pm
Acuerdos y compromisos de la jornada	Subdirección Nutrición	12:15pm a 12:30pm

2. Revisión de compromisos sesión anterior (21/4/2026)

Compromiso	**Responsable**	**Fecha**	**Estado**
Implementación instrumento - ENT	Nutricionistas de cabildos	Mayo- junio	En proceso
Socialización resultados aplicación instrumento - ENT	Nutricionistas cabildos	Jornada de Fortalecimiento Técnico de julio	pendiente
Presentación herramienta pedagógica seleccionada por cada cabildo	Nutricionistas cabildos	Jornada de Fortalecimiento Técnico de mayo	Pendiente cumplimiento por inasistencia a la jornada: Cabildo Muisca Suba y Kiwcha
Presentación de la ficha de la sesión PPSANAF correspondiente al mes de junio	Andrea Acosta – Cabildo Muisca Bosa	Jornada de Fortalecimiento Técnico de mayo	Se cumplió
Presentación de resultados de la implementación y ajustes de la sesión del Plan PPSANAF correspondiente al mes de abril	Adriana Pérez - Cabildo Inga	Jornada de Fortalecimiento Técnico de abril	Se cumplió
Remitir por correo la descripción de las acciones implementadas en cada cabildo para el desarrollo de actividades PPSANAF dirigidas a los beneficiarios de la canasta que no pueden acceder a los talleres presenciales (incluyendo personas con discapacidad)	Rossimar González – Cabildo Muisca Suba María del Pilar Melo – Cabildo Ambiká Pijao	8 de mayo	Pendiente: Cabildo Muisca Suba

Se continua con la presentación de la **ficha técnica de la sesión correspondiente al mes de abril en el Cabildo Indígena Inga: Medicina ancestral y bienestar nutricional:**

- Como objetivo del tema es reconocer las prácticas de medicina ancestral relacionadas con bienestar y hábitos nutricionales, se destaca que esta actividad es resultado también del trabajo interdisciplinario con la gestora social.
- Se tiene en cuenta las plantas y/o alimentos ancestrales, se destaca que son traídos desde el putumayo.
- Se destaca que entre los alimentos que se consideraron para el taller los que se incluyen en la canasta, como por ejemplo el ajo, ahuyama.
- Metodológicamente se llevó a cabo en tres momentos. Para el primer momento se construyó como herramienta pedagógica la sopa de letras que incluye elementos básicos del tema tales como los nombres de los alimentos, un segundo momento correspondió al desarrollo de una presentación del tema y el tercer momento en el que se pretendía la participación por grupos de edad para que mediante juego se motivara al movimiento.

  Se brindaron las siguientes recomendaciones de parte del equipo de la SDIS:

- Frente a la cantidad de personas asistentes (130) se resalta que es difícil el manejo.
- Se recomienda aprovechar mejor el espacio considerando que es amplio.
- En la sopa de letras se puede incluir palabras relacionadas con el tema en la lengua de la comunidad.
- Se sugiere fortalecer la actividad con la participación de las personas mayores considerando su experiencia en la preparación y uso medicinal de los alimentos.
- La actividad física debe ser un momento transversal. El propósito es que todos los asistentes practiquen el movimiento.
- Ajustar la ficha de la actividad teniendo en cuenta las recomendaciones y remitirla en un plazo máximo del 30 de junio.

Se continua con la presentación de la **ficha técnica se la sesión correspondiente al mes de junio: Actividad física familiar - Cabildo Muisca Bosa.**

Se resalta que la actividad se llevara a cabo mediante mensajes claves:

- Mensaje 1: Salud Física y Mental: El movimiento en familia fortalece la salud: reduce riesgos cardiovasculares, mejora el estado de ánimo y favorece el sueño.
- Mensaje 2: Hábitos Sostenibles: Rutinas activas familiares — jugar,

caminar o realizar tareas juntos — enseñan a priorizar el ejercicio como parte de la vida diaria.

- Mensaje 3: Vínculos y Bienestar Social: El deporte y el juego en familia refuerzan la comunicación, la autoestima y la resiliencia frente al estrés.

Objetivo de la actividad: Promover la importancia de la actividad física en el entorno familiar, fomentando el movimiento como un hábito esencial para mejorar la salud física, mental y la calidad de vida de todos sus integrantes.

MARCO DE REFERENCIA: OMS y OPS: Basada en los conceptos, beneficios, contexto familiar, recomendaciones normativas de la actividad física.

METODOLOGÍA:

1. Activación, calentamiento y estiramiento grupal
2. Socialización de conceptos clave: actividad física, ejercicio y deporte, que es comportamiento sedentario y tiempo excesivo de pantalla
3. Actividad grupal: 3 equipos organizan un mensaje clave sobre actividad física familiar con juegos diferentes
4. Plenaria: cada grupo expone el mensaje que construyó
5. Preguntas, observaciones y aportes. Evaluación cualitativa al 10% de participantes
6. Distribución de refrigerios tradicionales

Se buscará que se organice la actividad entre 35 a 40 personas.

La actividad se realizará la valoración: La valoración de la sesión se realizará mediante el formato escrito diligenciado, con preguntas cerradas y abiertas indagando aspectos de conformidad con la metodología y los contenidos: formato escrito, preguntas cerradas y preguntas abiertas.

Se brinda las siguientes recomendaciones por parte de la profesional Jenny Serrato del equipo de PPSANAF de la SDIS:

- Es importante que en la actividad se recoja las orientaciones de la línea técnica de la PPSANAF de la SDIS contenidas específicamente en el documento de orientaciones de Actividad física.
- Se recomienda organizar la preparación del espacio, para tener claro en qué momento se necesita la silla, los juegos, así como tener en cuenta los tiempos entre los movimientos, se sugiere que se haga la socialización y luego el movimiento para lograr la participación en los circuitos.
- También se recomienda incluir el concepto de sedentarismo y las prácticas sedentarias, por ejemplo el uso de pantallas.

- Se sugiere en la reflexión final retomar la meta o el objetivo que se plantea con la actividad.

Presentación de las **herramientas pedagógicas** como continuación al tema de la sesión anterior:

- **Circulo de la palabra: Cabildo Muisca de Bosa:**

  Concepto: Espacio de encuentro comunitario que parte del saber de las personas y sus memorias colectivas.
  Metodología de diálogo horizontal donde todos los saberes tienen igual valor.

  El Qusmuy como espacio sagrado donde el círculo de palabra cobra vida: participantes del territorio comparten memorias, sabores y conocimientos ancestrales sobre el alimento propio Muisca.

  Objetivo: "Reconocer que cada fruto tiene una memoria que enseña el territorio."

  Alimentación Propia: Saberes, frutos y preparaciones del territorio Muisca de Bosa. Uchuva, brevo, papayuela, calabaza y mora como portadores de memoria cultural y nutricional.

  Alimentación Saludable: Diálogo entre el saber ancestral y la nutrición: los frutos propios como fuente de vitaminas, fibra y tradición que nutre el cuerpo y el alma.

  Se realizo algunas preguntas como que memorizan la memoria y fueron construidas por los grupos:

  ¿Qué sabores recuerdan la infancia?

  ¿Qué caminos del territorio aparecen cuando recuerdan esos alimentos?

  ¿Qué enseñaban las abuelas mientras cocinaban

  ¿Qué recetas sostenían las abuelas y qué enseñanzas sobre el territorio permanecen?

  En general la experiencia fue exitosa en la medida que se logró hacer una medida luna representando el circulo para recoger las palabras de los diferentes grupos de edad.

- **El semáforo: Cabildo Ambiká Pijao**

  Se presenta esta estrategia en especial con el tema relacionado con las grasas denominado el semáforo de las grasas.

Objetivo:

Identificar los diferentes tipos de grasas en los alimentos y fomentar la toma de decisiones informadas para elegir las opciones más saludables, utilizando un semáforo como guía práctica.

Temas y marco:

- ¿Introducción que son las grasas?
- Los diferentes tipos de grasas (saturadas,monoinsaturadas,
- poliinsaturadas, grasas trans).
- Alimentos fuentes de grasas.
- El impacto de las grasas en la salud.

Metodológicamente se define la siguiente descripción de las fases:

Desarrollo de la actividad

FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	RECURSOS
INICIO	10 MINUTOS	Dinamica rompe hielo: ¿qué grasas reconozco en mi alimentación? Intercambio de experiencias	Se iniciara la sesión preguntando a los asistentes ¿Qué alimentos con grasas consumen con mas frecuencia?, las respuestas se anotaran en una cartelera de papel.	Papel kraf, marcadores.
DESARROLLO	20 MINUTOS	Desarrollo de los temas y marco de referencia por medio de una presentacion participativa, donde se permita el dialogo con los participantes.	Con apoyo de la presentación se explicaran a los participantes las generalidades sobre que son las grasas, funciones en el organismo, acidos grasos esenciales y los diferentes tipos de grasas presentes en los alimentos y sus efectos sobre la salud.	Presentación
PRACTICA	30 A 35 MINUTOS	Juego: clasifica las grasas con el semaforo.	Las familias se dividiran en grupos de 6 a 7 personas y recibiran un poster con el diseño de un semaforo, y 10 fichas de alimentos fuentes de grasas, y se les pedira clasificar las imágenes de alimentos de la siguiente manera: verde: grasas saludables para consumo frecuente o habitual, Amarillo: grasas que se recomiendan de consumo moderado, y rojo grasas que se debe limitar o evitar su consumo.	Poster de semaforo, tarjetas de alimentos
REFLEXIÓN	10 A 15 MINUTOS	Presentacion de resultados y como lo aplico a mi dia-dia.	Un participante de cada grupo compartirá los resultados de la clasificación de los alimentos en el semáforo y socializara una acción de mejora sobre la calidad de las grasas en su alimentación teniendo en cuenta los resultados de la cartelera de la actividad rompe hielo.	Cartelera, marcadores.
CIERRE	5 MINUTOS	Compromiso personal	Se invitara a cada persona a escribir su compromiso personal en una nota adhesiva y llevar lo como recordatorio de la sesión.	Postic, adheros

Cabe resaltar que con el semaforo se tendra en cuenta los colores para la organización.

- **<u>Diario reflexivo: Cabildo Inga</u>**

  Se realizó con 3 personas a la cuales se realizó la invitación a participar en la actividad que consistia en registrar por cinco días las practices de actividad física diaria como el tema central. Se recomendó Recomendaciones para registrar en una cuaderno (actividades en 24 horas: caminar, correr, subir escaleras, otra.

  Entre las dificultades presentadas se destaca que las personas no estan enseñadas a registrar su quehacer, la comunidad no está enseñada a escribir, las personas deben establecer un objetivo. Se concluye que esta herramienta no aplica para el trabajo por grupo.

<u>Cabildo Muisca Suba y Cabildo Kiwcha no asisten a la sesión, como compromiso deben presentar la herramienta en la siguiente jornada.</u>

Varios:

- **<u>Jornadas de fortalecimiento técnico junio:</u>** en el mes de junio se realizarán dos jornadas de fortalecimiento de la línea técnica de PPSANAF una el 23 y la siguiente el 26 de junio, pendiente confirmar el lugar de cada una. Es importante la participación en las dos jornadas considerando que los temas son diferentes, en uno se realizará un taller práctico para la construcción del Plan de PPSANAF y en el otro la continuación de la socialización del documento de orientaciones de actividad física de la SDIS.

  Teniendo en cuenta lo anterior, se acuerda que la asistencia y participación en las dos jornadas institucionales en reemplazo de la jornada de fortalecimiento técnico de canastas indígenas correspondiente al mes de junio que se tiene programada para el 30/06/2026.

- **Participación en el evento institucional de reconocimiento de Estrategias IEC:**

  En el mes de noviembre se realizará el evento anual de reconocimiento de estrategias IEC por lo que este año cada profesional en Nutrición de los respectivos Cabildos presentarán la sesión o estrategia. Por lo anterior, el compromiso de esta jornada corresponde a la revisión y presentación de la sesión o estrategia que cada uno presentaría en este evento.

La sesión finaliza a las 12:00 p.m.

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Ana Julieta Pulido Serrano	Profesional Universitario	Subdirección de Nutrición – SDIS
	Diana Marcela Hurtado Cortés	Contratista	Subdirección de Nutrición – SDIS
	Jenny Adriana Serrato	Contratista	Subdirección de Nutrición – SDIS
	María del Pilar Melo	Nutricionista	Cabildo Ambiká Pijao
	Andrea Acosta Quintana	Nutricionista	Cabildo Muisca de Bosa
	Adriana Pérez	Nutricionista	Cabildo Indígena Inga

Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Remitir ayuda de memoria	Adriana Pérez – Cabildo	29 de mayo

		Indígena Inga	
	Asistir a la Jornada de Fortalecimiento Técnico institucional “Construcción del Plan PPSANAF”	Nutricionistas cabildos	23 de junio
	Asistir a la Jornada de Fortalecimiento Técnico institucional “Documento de orientaciones de Actividad Física”	Nutricionistas cabildos	26 de junio
	Socialización resultados aplicación instrumento - ENT	Nutricionistas cabildos	17 de julio
	Elegir y presentar mínimo 2 herramientas pedagógicas o sesiones de la estrategia IEC para su respectiva a presentar en el evento del mes de noviembre	Nutricionistas cabildos	17 de julio
	Remitir por correo la descripción de las acciones implementadas en cada cabildo para el desarrollo de actividades PPSANAF dirigidas a los beneficiarios de la canasta que no pueden acceder a los talleres presenciales (incluyendo personas con discapacidad)	Profesional Cabildo Muisca Suba	16 de junio
Próxima reunión	*17 de julio*		
Elaboró	*Adriana Pérez – Cabildo Inga*		

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

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: JFT Cabildos - Mayo 2026 2. Lugar o Localidad o Sede: SDIS - Piso 7 Salab 3. Fecha y hora: 26-05-2026

4. Nombre responsable: Julieta Pulido. 5. Dependencia responsable: Sub - Nutrición

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Jenny Adriana Serrato Cruz	CC	1013589060	Sub. Nutrición	Equipo PSAN	Contratista	jscruzto escl.sgov.co	3138130313	
2	Adriana Perez	CC	36060477	Cabildo Inga	Nutricionista	Contratista	nutricion.cabildoinga@gmail.com	3102016441	
3	Andrea Acosta O.	CC	1019078372	CIMB	Nutricionista	Contratista	nutricioncaracterizacimb@gmail.com	3144378942	
4	Diana Hurtado Cortes	CC	21148343	Sub. Nutric.	Contratista	Contratista	dhurtadoc@sdis.gov.co	3123013645	
5	Ana Julieta Pulido S	CC	52320083	Sub. Nutric	Profesional	Planta	apulidos@sdis.gov.co	3004838872	
6	Maria del Pilar Melo	CC	55073549	Cabildo Ambika	Nutricionista	Contratista	agroambikapijao@hotmail.com	3204043326	
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.