Lugar	**Comunidad de cuidado caminos de vida**
Fecha	**13 de Mayo de 2026 Hora: 10:30 a.m**
Tema	**Nutrición oncológica**
Desarrollo	**ORDEN DEL DÍA:** 1. Introducción 2. Objetivos 3. Actividad a desarrollar. 4. Materiales. 5. Tiempo 6. Cierre 7. Compromisos. 8. Anexos (evidencia fotográfica y listado de asistencia)

1. INTRODUCCIÓN

La nutrición oncológica desempeña un papel fundamental en el bienestar y la calidad de vida de las personas que padecen o han padecido cáncer. Una alimentación adecuada contribuye al fortalecimiento del sistema inmunológico, ayuda a mantener un estado nutricional óptimo y favorece la tolerancia a los tratamientos médicos.

En la población adulta mayor es especialmente importante promover hábitos alimentarios saludables que permitan cubrir los requerimientos nutricionales y prevenir la desnutrición, una condición frecuente en personas con enfermedades oncológicas.

Por esta razón, se desarrolló una actividad educativa y lúdica enfocada en el reconocimiento de alimentos y nutrientes beneficiosos para la salud. A través de la metodología de bingo nutricional, las personas mayores pudieron aprender de manera dinámica sobre la importancia de

diferentes grupos de alimentos y los nutrientes que aportan al organismo, fortaleciendo sus conocimientos y promoviendo hábitos alimentarios saludables.

2. OBJETIVO GENERAL

Promover conocimientos básicos sobre nutrición oncológica en las personas mayores mediante una actividad lúdica que facilite el reconocimiento de alimentos y nutrientes esenciales para el mantenimiento de la salud y el bienestar.

3. OBJETIVOS ESPECIFICOS

• Fortalecer los conocimientos sobre alimentación saludable en el contexto de la nutrición oncológica.

• Identificar alimentos fuente de nutrientes importantes para el organismo.

• Estimular la memoria, la atención y la participación activa mediante una actividad recreativa.

• Favorecer el aprendizaje a través de estrategias didácticas adaptadas a la población adulta mayor.

• Promover hábitos alimentarios que contribuyan al bienestar y la calidad de vida.

ACTIVIDAD A DESARROLLAR

La actividad se desarrolló en un espacio adecuado que permitió la participación cómoda y activa de las personas mayores. Inicialmente se realizó un saludo de bienvenida y una breve introducción sobre la importancia de la nutrición oncológica, explicando cómo una alimentación balanceada puede contribuir al fortalecimiento del organismo y al mantenimiento de un adecuado estado de salud.

Posteriormente se explicó de manera sencilla el papel de los diferentes nutrientes, tales como proteínas, vitaminas, minerales, fibra y grasas saludables, resaltando los beneficios que aportan al cuerpo y su importancia dentro de una alimentación equilibrada.

Seguidamente se dio inicio al bingo nutricional. A cada participante se le entregó un cartón que contenía imágenes de diferentes alimentos. A medida que se iba mencionando cada alimento, se realizaba una explicación sobre los nutrientes que aporta y los beneficios asociados a su consumo. Los participantes identificaban en sus cartones las imágenes correspondientes y marcaban los alimentos mencionados.

Durante la actividad se fomentó la interacción y la participación de los asistentes, resolviendo inquietudes y reforzando conceptos relacionados con alimentación saludable. La dinámica permitió mantener el interés de las personas mayores, favoreciendo el aprendizaje y la integración grupal.

Al finalizar, se realizó una retroalimentación general sobre los principales mensajes educativos trabajados durante la jornada, enfatizando la importancia de mantener una alimentación variada y equilibrada para favorecer la salud y el bienestar integral.

MATERIALES

Para el desarrollo de la actividad se utilizaron materiales didácticos adaptados a las necesidades de la población adulta mayor.

Se emplearon cartones de bingo elaborados con imágenes de diferentes alimentos, los cuales facilitaron el reconocimiento visual y la participación activa de las personas mayores.

Asimismo, se utilizaron fichas o papelitos con los nombres e imágenes de los alimentos que fueron seleccionados aleatoriamente durante la dinámica. También se contó con material educativo para reforzar la explicación de los nutrientes y sus beneficios.

Finalmente, se dispuso de mesas y sillas organizadas adecuadamente para garantizar comodidad, accesibilidad y una adecuada interacción entre los participantes.

TIEMPO

No.	Tiempo	Descripción
0	10 minutos	Introducción a la actividad.
1	25 minutos	Caracterización del tema Nutrición oncologica en mi comunidad de cuidado Caminos de vida.
2	10 minutos	Desarrollo del bingo nutricional.
3	15 minutos	Actividades de Cierre (conclusiones)

La sesión tendrá una duración de 1 hora.

4. CIERRE:

Al finalizar la actividad se realizó un repaso de los conceptos abordados, destacando la importancia de consumir una alimentación balanceada que incluya alimentos variados y ricos en nutrientes esenciales.

Los participantes demostraron interés y participación durante toda la jornada, logrando identificar diferentes alimentos y reconocer algunos de los beneficios que estos aportan al organismo.

La actividad permitió fortalecer conocimientos relacionados con la nutrición oncológica mediante una metodología dinámica y participativa, favoreciendo el aprendizaje significativo y la integración grupal. Se concluyó la jornada resaltando la importancia de continuar promoviendo espacios educativos que contribuyan al bienestar y la adopción de hábitos saludables en la población adulta mayor.

5. COMPROMISOS

Las personas mayores se comprometieron a continuar participando activamente en las actividades educativas relacionadas con alimentación y salud, así como a poner en práctica los conocimientos adquiridos sobre el consumo de alimentos saludables.

Por parte del equipo profesional, se estableció el compromiso de continuar desarrollando estrategias educativas y lúdicas que fortalezcan el aprendizaje y promuevan hábitos alimentarios adecuados en la población adulta mayor.

Estos compromisos buscan contribuir al mantenimiento de una mejor calidad de vida y al fortalecimiento del autocuidado en los participantes.

REGISTRO FOTROGRAFICO





Nota aclaratoria: El registro fotográfico original reposa en el drive de la comunidad de cuidado.

Próxima reunión	Junio de 2026
Elaboró	*Valentina Ruiz Sánchez Nutricionista*

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO AYUDA DE MEMORIA	Código: FOR-GD-040 Versión: 0 Fecha: Memo I2024016440 – 18/06/2024 Página: 7 de 7

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA PROMOCIÓN PRÁCTICAS SALUDABLES DE ALIMENTACIÓN NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA (PPSANAF)	Código: FOR-PSS-296 Versión: 1 Fecha: Memo I2024027866- 30/09/2024 Página: 1 de 1

FECHA: 13/05/2026 10:30 a.m. – 11:30 am	SERVICIO SOCIAL: COMUNIDAD DE CUIDADO	LOCALIDAD: SANTA FÉ
PRÁCTICA O TEMA: NUTRICION ONCOLOGICA	TOTAL, HORAS: 10:30	
PROFESIONAL RESPONSABLE: VALENTINA RUIZ SÁNCHEZ	PROFESIÓN: NUTRICIONISTA DIETISTA	

No	TIPO DOCUMENTO	NÚMERO DOCUMENTO	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	NOMBRES	FIRMA
1	C.C.	5685234	MARTINEZ	MORENO	RAUL ARMANDO	
2	C.C.	1002157617	RUIZ	SANCHEZ	VALENTINA	
3	C.C	20278046	ROJAS	CARDENAS	GLORIA ROSARIO	NO FIRMA
4	C.C	1026576710	RAMIREZ	MONCADA	MARCO TULIO	NO FIRMA
5	C.C.	20104552	GODOY		MARIA DEL ROSARIO	NO FIRMA
6	C.C.	24866959	GALVIS	FLOREZ	ERNESTINA	NO FIRMA
7	C.C.	81715899	OSORIO	LARA	ELVIA MARIA	NO FIRMA
8	C.C.	39560807	PENAGOS	OBREGON	SOL ANGEL	NO FIRMA
9	C.C.	29861603	RAMIREZ	LADINO	LIBIA	NO FIRMA
10	C.C.	63273033	GOMEZ	MANTILLA	IRMA ROSA	NO FIRMA
11	C.C.	53906239	GONZALES	RAMIREZ	GILMA	NO FIRMA
12	C.C.	53906198	GONZALES	CRUZ	ROSA	NO FIRMA
13	C.C	41454666	JIMENEZ	SALCEDO	BELSY	NO FIRMA
14	C.C.	81716007	JAIMEZ		CARLOS HUMBERTO	NO FIRMA
15	C.C.	1032436682	JIMENEZ	GONZALES	JOSE VICENTE	NO FIRMA
16	C.C.	19166298	LEON	MORENO	LUIS ALBERTO	NO FIRMA
17	C.C.	41440593	ILLER	DE GAONA	AMPARO	NO FIRMA
18	C.C.	2425429	DIAZ		JOSE DE JESUS	NO FIRMA
19	C.C.	2920520	GUTIERREZ	RAMIREZ	JOSE MANUEL	NO FIRMA
20	C.C.	41486728	SANCHEZ		GILMA	NO FIRMA
21	C.C.	81715906	PAREDES		JOSE LUIS	NO FIRMA
22	C.C.	1020723783	PATIÑO		FRANCISCA	NO FIRMA