ACTA N°194

CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA – 2024

FECHA: Bogotá, abril, 24 de 2024.

HORA: 7:30 a.m. - 9:00 am.

LUGAR: Centro Comunidad de Cuidado Hogar Casa Santa María.

TEMA: Manual Dietario.

ASISTENTES: Alba Lucía Ardila Almeida (Nutricionista), Juan Carlos Rodríguez Bautista (coordinador), y talento humano.

ORDEN DEL DÍA:

1. Bienvenida a la reunión del manual dietario.

2. Capacitar sobre las modificaciones alimentarias que se tienen por cronograma para esta fecha las cuales son hipocalórica, hipoglucida y renal.

DESARROLLO:

En documento o manual dietario describen las bases técnicas, a partir de las cuales se realiza la derivación de dietas y planificación dietoterapéutica para las personas mayores de 60 años beneficiarias de los Centros de Protección Social. Dicha planeación parte del reconocimiento de las necesidades nutricionales especiales y cambios particulares requeridos en la alimentación de la persona mayor , las cuales impactan directamente en su calidad de vida al disminuir las complicaciones de salud derivadas de una dieta inadecuada (malnutrición, deterioro inmunológico, prolongación del tiempo de cicatrización, anemia y aceleración del proceso de envejecimiento), así mismo una alimentación adecuada favorecerá el goce satisfactorio del momento de la alimentación.

HIPOCALÓRICA: Se define como una alimentación que aporta menos calorías de las establecidas como estándar (2.035 kilocalorías al día) para lograr un adecuado funcionamiento corporal de acuerdo a su edad y género, debido a que se encuentra en un estado de malnutrición por exceso de peso: sobrepeso u obesidad, razón por la cual su principal objetivo es contribuir a la reducción de peso y de los riesgos asociados al exceso de peso. Este plan

Powered by CamScanner

alimentario esta indicado para personas con exceso de peso (sobrepeso u obesidad), o personas con patologías que requieren de pérdida de peso para mejorar su estado de salud. En la comunidad de cuidado Hogar casa Santa María se ofrece como dieta hipocalórica, disminuir el aporte de carbohidratos simples (azúcar, panela y miel), en el almuerzo se disminuye la porción de la sopa (200 cc), la porción del arroz (60 gr). En la cena se disminuye la porción del arroz (60 gr). Se cambian los alimentos de alto aporte calórico en los refrigerios (herpo, roscones, galletas con relleno) por alimentos con menos aporte de calóricas como los son cereales integrales. Para las personas que presentan obesidad no se les suministra sopa, en su lugar se ofrece una fruta. Los días que hay cazuela es decir sopa de leguminosas, esos días se les ofrece sopa. Entre comidas se les suministra una porción grande de fruta. Los vegetales que se ofrecen al almuerzo y cena son incrementados en su tamaño de servido (100 gr). En las comunidades de cuidado se ofrecen una vez al mes los cinco tiempos de comida diferentes a los programados en el menú, estas preparaciones especiales no se restringen para las personas mayores que se encuentran en la modificación hipocalórica.

HIPOGLUCIDA: Esta modificación alimentaria está indicada para las personas con diabetes, intolerancia a los carbohidratos, dislipidemias y con exceso de peso (sobrepeso u obesidad). Pero se va a realizar énfasis en las personas con diabetes o intolerancia a los carbohidratos. En esta modificación alimentaria se restringen los carbohidratos simples como azúcar, miel, panela, postres, arequipe, bocadillo, mermelada, bebidas industrializadas como gaseosas, pan blanco, tortas ponqués, roscones, bizcochos, hojaldres algunas frutas como el banano y la manzana, y algunas verduras como la remolacha y la zanahoria. A esta modificación alimentaria no se les ofrece fritos porque hay una predisposición a presentar dislipidemia. Decimos que ofrecemos una alimentación fraccionada, esto quiere decir que se ofrecen seis tiempos de comida (lleva un refrigerio nocturno). Se da el ejemplo que a una personas que no es diabética, y esta en sobrepeso se le puede suministrar un pan con mermelada, y no va a presentar problemas de salud, en cambio una persona con diabetes con una clasificación nutricional de normo peso le suministramos un pan con mermelada, y hay una gran posibilidad de complicaciones de salud.

DIETA RENAL: Está indicada para personas con enfermedad renal crónica o aguda, personas diabéticas con riesgo de enfermedad renal y personas con síndrome nefrótico. Se restringen alimentos como las sal (no se quita del todo, solo dimininuir), alimentos enlatados, productos de salsamentaria (chorizos, embutidos, salchichas, jamón), frutas como banano, naranja, guanábana, papaya, granadilla, guayaba por su alto contenido de potasio. Se evita el exceso de proteína de origen animal como la carne de res, y algunas leguminosas como el frijol, lentejas, arveja y garbanzos, se recomienda consumir el frijol y la arveja verdes. También se restringen los alimentos fuente de fosforo como el pescado, leche y sus derivados como quesos, yogures y kumis. Se realiza un control de líquidos en la cual se suministra 1.100 cc de líquido al día (agua para tomar los medicamentos, jugos, sopas, cremas, etc). Se trae a colación las personas mayores que tenemos en hemodiálisis, las cuales son muy inapetentes como es el caso de los señores Gonzalo Gonzales y Paulino Niño, a quienes les agrada tomar algunas bebidas con

Powered by CamScanner

leche, por lo tanto, a ellos se les ofrece café en leche, coladas o avenas en leche, pero no se les suministra leche sola o queso. A nuestras personas mayores que están en hemodiálisis tampoco se les restringe los líquidos puesto que ello no acepta que se les disminuya la sopa o las bebidas; de todo lo anterior tiene conocimiento la unidad renal. Las personas de este plan alimentario pueden consumir pollo, cerdo, huevo, se puede ofrecer pescado con alto contenido de omega 3 como es la trucha. Pueden consumir arepa de trigo, harina pan, avena, frutas como kiwi, pera, manzana, pitaya, fresas, mango, piña, uvas, verduras como pepino de rellenar o cohombro, coliflor, brócoli, maíz tierno, pimentón, lechuga.

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

CONVOCATORIA. Pendiente por confirmar.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Juan Carlos Rodríguez Bautista	Coordinador	Centro Comunidad de Cuidado Hogar Casa Santa María	
Alba Lucía Ardila Almeida	Nutricionista	Centro Comunidad de Cuidado Hogar Casa Santa María	

Anexos:

Registro fotográfico.

Listado de asistencia.

Elaboró: Alba Lucía Ardila Almeida.

Powered by CamScanner

REGISTRO FOTOGRÁFICO





Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo I2023023863 - 14/06/2023 Página: 1 de 2

1. Tema: Manual Dietario 2. Lugar: COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA 3. Fecha y hora: 24/04/2024 7:30 am - 9:00 am

4. Ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	JUAN CARLOS RODRIGUEZ BAUTISTA	80177107	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	COORDINADOR	CONTRATISTA	jlccrodri2@gmail.com	3102415407	
2	MARIA MONICA PEREZ SOTELO	1015403710	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	ENFERMERA	CONTRATISTA	monikperez.sotelo@gmail.com	3142886591	
3	ALBA LUCIA ARDILA ALMEIDA	63360712	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	NUTRICIONISTA	CONTRATISTA	alardila1904@gmail.com	3205821214	
4	DIANA CAMILA VARON MURCIA	1032356388	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	PSICOLOGA	CONTRATISTA	camila.varon07@gmail.com	3116243823	
5	MARY LUZ FERNANDEZ MORENO	52392150	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	TRABAJADOR SOCIAL	CONTRATISTA	fernandezmary13@gmail.com	3144383113	
6	ADRIANA MARCELA FORERO	52789367	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	TERAPEUTA FÍSICA	CONTRATISTA	Amfs2002@hotmail.com	3132821956	
7	MYRIAM CANTOR CORTES	52095604	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	GERONTÓLOGA	CONTRATISTA	cantorcortesmyriam@gmail.com	3115583418	
8	LEIDY JOHANNA OLAYA OLAYA	52908031	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	TERAPEUTA OCUPACIONAL	CONTRATISTA	lolaya73@hotmail.com	3115234710	
9	CLAUDIA MACIAS BURGOS	52009344	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR TERAPIA OCUPACIONAL	CONTRATISTA	Claudiamacias2012@gmail.com	3144469372	
10	ARLIN CAMILA ALCALA PEREZ	1233906244	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	TÉCNICO OPERATIVO	CONTRATISTA	arlincamila.pgd2020@gmail.com	3123917670	
11	KAREN YULIANA VARGAS BARRERA	1006552524	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	REGENTE DE FARMACIA	CONTRATISTA	kv4973333@gmail.com	3044101958	
12	MAYRA ALEJANDRA SUAREZ	1012455595	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA	mayrizespita@gmail.com	3115728734	
13	ZABATTANY GONZALEZ ARELLAN	1012419267	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA	tanyarellan-12@hotmail.com	3115964486	
14	RITA ELENA VARGAS AGUILAR	40049843	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERÍA	CONTRATISTA	elenitis810hotmail.com	3012252342	
15	JAIRO ELIAS MORENO GUERRA	1032423684	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA	Jairomoreno5142@gmail.com	3057364670	
16	CARMELITA ROJAS BERMUDEZ	51908340	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA	cafesita-03@hotmail.com	3116225240	
17	CRISTIAN CAMILO RODRIGUEZ RAMIREZ	1013613426	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA	crlscarora.cr@gmail.com	3143053304	
18	MONICA CAMILA PATIÑO GAONA	1019009538	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA	camilagaona12@outlook.com	3022710259	
19	CRISTIAN CAMILO RODRIGUEZ LEON	1233894436	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA	camilocrl13@hotmail.com	3118271312	
20	ALVARO LISANDRO ACOSTA BARACALDO	1069730593	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA	lisandroacota1989@gmail.com	3014154986	

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo I2023023863 - 14/08/2023 Página: 2 de 2

1. Tema: Manual Dietario 2. Lugar: COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA 3. Fecha y hora: 24/04/2024 7:30am - 9:00 am

21	GLADIRA JAIMES DURAN	28272660	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA	gladijadu@gmail.com	3107698739	
22	CIELO JUDITH LLORENTE LOPEZ	30663454	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA	cielojllorente@hotmail.com	3124185355	
23	HEIMY ROCIO BRICEÑO REAL	52201086	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA		3057796760	
24	WILLIAM ALEXANDER HENAO ALONSO	1010246018	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	TECNICO EN GESTIÓN AMBIENTAL	CONTRATISTA	alexanderhenao0522@gmail.com	3214836839	
25	JESSICA ALEXANDRA GALICIA ARIZA	1015431445	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	TÉCNICO EN ARCHIVO	CONTRATISTA	Jessica.galicia2@gmail.com	3197500796	
26	LEIDY YOANA BELTRAN CARDENAS	1108120515	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	OPERARIO DE COCINA	CONTRATISTA	Nury30503@gmail.com	3223900314	
27	ANA TERESA CORONEL	1058058796	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	OPERARIO DE COCINA	CONTRATISTA	anateresacoronelacevedo@gmail.com	3195197717	
28	ANDREA JAZMIN ALVAREZ ALVAREZ	52928456	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	OPERARIO DE COCINA	CONTRATISTA	Jonty16@hotmail.com	3004510969	
29	MEYBIS ADRIANI PADILLA MOLINA	1019103857	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	OPERARIO DE COCINA	CONTRATISTA	meybispadilla@hotmail.com	3232367067	
30	JAVIER MONROY FIRACATIVE	80759869	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	CONTRATISTA	jmon1704@gmail.com	3208029489	
31	DIEGO LEOVISELDO CRUZ CHINCHILLA	1233889566	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	CONTRATISTA	diegocruzchin@outlook.com	3134987499	
32	LUCERO PEREZ OLAYA	21082121	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	CONTRATISTA	lpolaya15@gmail.com	3124734379	
33	JUAN CARLOS SUAREZ VANEGAS	1019003634	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	AUXILIAR DE SERVICIOS GENERÁLES	CONTRATISTA	Alkimistaa2013@gmail.com	3144247826	
34	MARIA GRACIELA PATIÑO QUIJANO	60309102	COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA	OPERARIO DE COCINA	CONTRATISTA	Ivandariao103@hotmail.com	3144871826	

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner