ACTA N° 79

FECHA: Bogotá, mayo, 28 de 2025.

HORA: 4:00 p.m. - 5:00 p.m.

LUGAR: Centro Integrarte Atención Interna Grupo 1

TEMA: Manual de Dietas

ASISTENTES: Planilla de asistencia.

ORDEN DEL DÍA:

1. Capacitación manual de dietas
2. Estrategia a aplicar para abarcar la totalidad del talento humano

DESARROLLO:

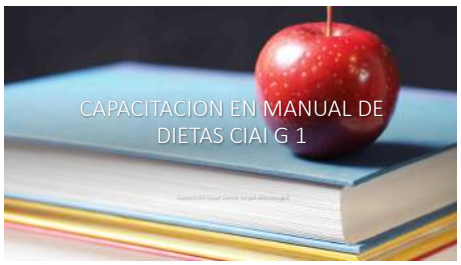
1. Con apoyo de presentación de PowerPoint, se desarrolló la capacitación en manual de dietas, de la cual se tocaron los siguientes puntos:

   - Definición de dieta como conjunto de sustancias alimenticias que un ser vivo toma habitualmente.
   - Factores que inciden en la dieta: clasificación nutricional, estado fisiopatológico, capacidad de masticar / deglutir alimentos y contexto
   - Modificaciones cualitativas y cuantitativas de la dieta normal: consistencia, valor calórico y contenido de macronutrientes, micronutrientes y fibra
   - Consistencia, características y casos en los que se aplican: normal, blanda, semiblanda, líquida total y líquida clara. Para este caso se revisaron las diferentes consistencias a ofrecer, para el caso se tomó como ejemplo la carne, empezando por la consistencia normal (carne entera), blanda (carne picada, para quienes no pueden subdividir la carne), semiblanda (carne molida, para quienes no pueden masticar bien), líquida completa (carne licuada en sopa, para quienes tienen dificultad en deglución).
   - Valor calórico, características y casos en los que se aplican: normocalórica, hipocalórica e hipercalórica. Se presentaron las derivaciones de acuerdo con el valor calórico, indicando que naturalmente se modifica el contenido de carbohidratos en los tiempos de comida ara variar el valor calórico, para el caso de los hipercalóricos se aumentan las porciones, para los hipocalóricos se reducen y para los normocalóricos se mantienen normal. La relación entre las dietas y estado nutricional son las siguientes: • Hipercalórica – delgadez / riesgo de delgadez

evidenciada • Normocalórica – clasificación nutricional normal • Hipocalórica – riesgo de sobrepeso evidenciado / sobrepeso / obesidad

- Diferenciación de componentes en derivaciones de valor calórico de acuerdo con derivación dietaria.
- Dieta hipoglúcida: Para la dieta hipoglúcida se indicó que busca mantener los niveles de glucosa en sangre estables en personas con diabetes, normalmente se disminuye el azúcar y se aumentan las frutas y verduras por su contenido de fibra que permite regular la absorción del azúcar, por otro lado, se mencionó que se suprimen los productos de pastelería, bebidas con azúcares, miel, panela, gelatina con dulce y productos ultraprocesados.
- Dieta astringente: La dieta astringente busca contribuir a la normalización de la función gastrointestinal en casos de diarrea, por lo cual se limita el aporte de grasas, dulces, lactosa, leguminosas, ensaladas crudas, papaya, ciruela, pitaya y granadilla; mientras tanto se procura aumentar el aporte de frutas astringentes (pera, durazno, manzana y guayaba), se ofrecen consomés, se puede elaborar agua de arroz tostado y guayaba, sopa de colicero y se aplican métodos de cocción que no involucren grasa. Adicionalmente se aclaró que el aporte de líquidos es vital debido a que las personas con diarrea pierden líquidos a través de las deposiciones.
- Dieta alta en fibra: La dieta alta en fibra por su parte se caracteriza por aumentar el aporte de fibra vegetal y es para personas que presentan estreñimiento, diverticulosis no complicada e inmovilizaciones prolongadas, al contrario que la dieta astringente, se pueden ofrecer frutas crudas con cáscara, se aumenta el aporte de papaya, ciruela, granadilla y pitaya; las frutas astringentes no se incluyen. Por otra parte se puede adicionar salvado de trigo y alimentos integrales y también se resalta que la hidratación en este caso es sumamente importante debido a que se requiere agua para mantener un buen tránsito intestinal.

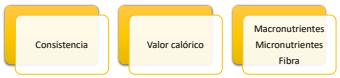
Para la presentación se utilizó el siguiente material de apoyo:



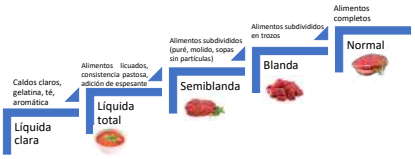


DERIVACIONES DIETARIAS

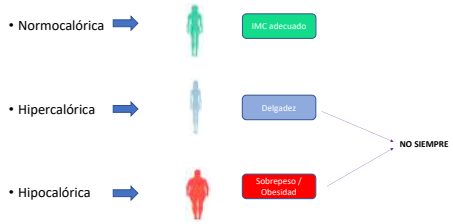
Modificaciones cualitativas y cuantitativas de la dieta normal



CONSISTENCIA



VALOR CALÓRICO



VALOR CALÓRICO



Micronutrientes – Macronutrientes - fibra

DIETA	FUNCIÓN
HIPOGLÚCIDA	DIABETES, HIPOGLICEMIA POSPRANDIAL REACTIVA DIAGNÓSTICADA.
HIPOSÓDICA	HTA, ICC, CARDIOPATÍAS
HIPOGRASA AF	HIPERCOLESTEROLEMIA, E. CARDIOVASCULARES
ALTA EN HIERRO	Hb
ASTRINGENTE	DIARREA Y EMESIS
SIN IRRITANTES	ESOFAGITIS, GASTRITIS, ÚLCERA
ALTA EN FIBRA	ESTREÑIMIENTO
RENAL	IRC, IRA

HIPOGLÚCIDA

- Mantener niveles normales de glicemia en sangre, con aporte adecuado de nutrientes esenciales.

AZÚCARES

FIBRA (FRUTAS Y VERDURAS)

Fraccionada en 6 tiempos de comida

- Productos de pastelería
- Bebidas con adición de azúcar
- Miel
- Panela
- Gelatina con dulce
- Ultraprocesados

DIETA ASTRINGENTE

- Contribuir a la normalización de la función gastrointestinal en casos de diarrea.

Personas con episodios diarreicos y eméticos de origen gastrointestinal.



- **GRASAS**
- **DULCES**
- **LÁCTEOS**
- **LEGUMINOSAS**
- **ENSALADAS CRUDAS**
- **PAPAYA**
- **CIRUELA**
- **PITAYA**
- **GRANADILLA**

- **PERA**
- **DURAZNO**
- **MANZANA**
- **GUAYABA**
- **CONSOMÉ**
- **AGUA DE ARROZ TOSTADO**
- **SOPA DE COLICERO**
- **MÉTODOS DE COCCIÓN QUE NO INVOLUCREN GRASA**

HIDRATACIÓN

N.D. Cesar Danilo Vargas Montenegro

DIETA ALTA EN FIBRA

- Es una dieta que aporta calorías y nutrientes recomendados en la dieta normal, con aumento de fibra vegetal e ingesta suficiente de agua.

Para personas que presentan estreñimiento, diverticulosis no complicada e inmovilizaciones prolongadas.



- **FRUTAS CRUDAS CON CÁSCARA (si es posible)**

Papaya
Ciruela
Granadilla
Pitaya
(No se incluyen las frutas astringentes)

- **SALVADO DE TRIGO**
- **ALIMENTOS INTEGRALES**
- **HIDRATACIÓN ADECUADA**

Se adjunta evidencia fotográfica de la presentación





2. Teniendo en cuenta las dinámicas dadas en la unidad operativa y con la finalidad de abarcar la totalidad del talento humano, para el mes de junio, se elaborará un video que puntualice los aspectos más relevantes a tener en cuenta de acuerdo con el manual de dietas según las necesidades del servicio. Así mismo, se enviará un postest en forms para verificar la comprensión de lo presentado y así mismo, se recopilarán los datos de asistencia.

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

CONVOCATORIA. Se propone una nueva reunión para el día 10 de junio de 2025.

Anexos: Listado de asistencia

Elaboró: Cesar Danilo Vargas Montenegro