ACTA No 205

FECHA: 17 julio 2025 , Chía Cundinamarca,

HORA: 16:00 p.m. - 17:00 pm.

LUGAR: Centro Integrarte Atención interna grupo 5

TEMA: Manual dietario

ASISTENTES: Ver listado de asistencia

ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo y presentación del objetivo
2. Evaluación pretest-
3. Socialización
4. Evaluación postest

DESARROLLO:

Se inicia el proceso de socialización del manual dietario con un corto saludo y la presentación del objetivo. Luego de esto se realiza evaluación escrita.

Posteriormente, se realiza la evaluación

Alimentación normocalorica. Es un plan alimentario de consistencia variada, incluye alimentos de todos los grupos en las cantidades recomendadas para una persona o grupo poblacional sin patología agregada y en estado nutricional normal, es balanceada en macro y micronutrientes, aporta las calorías que el organismo necesita para el crecimiento, desarrollo adecuado, reparación y conservación tisular,así como para mejorar el funcionamiento normal.

Alimentación hipercalórica hiperproteica: Es una dieta que admite alimentos de todos los grupos, la cual permitirá mejorar, recuperar o mantener el estado de una persona que curse con hipermetabolismo severo o desnutrición severa. El aporte calórico deberá aumentarse aproximadamente un 20 % del valor total recomendado, teniendo una distribución de macronutrientes de grasas 30 % y carbohidrato de55% y de proteína máximo 15%.

De acuerdo a estas recomendaciones en la comunidad de cuidado se recomienda este tipo de alimentación a las personas mayores con clasificación nutricional de delgadez, peso insuficiente y desnutrición, motivo por el cual se ofrecen porciones adicionales de alimentos en la siguiente forma:

-Media porción adicional de carnes y cereales en almuerzo y cena.

-Una cucharada de aceite en las sopas.

-Refrigerio nocturno compuesto por una bebida caliente con leche y una porción de cereal como pan, galletas, arepa, arepuela.

Alimentación hipercalórica: Es una dieta que admite alimentos de todos los grupos, la cual permitirá mejorar, recuperar o mantener el estado de una persona que curse con hipermetabolismo o desnutrición moderada.El aporte calórico deberá aumentarse aproximadamente un 20 % del valor total recomendado, teniendo una distribución de macronutrientes de grasas 28 % y carbohidrato de 60% y de proteína máximo 12%.Esta indicada a personas con delgadez, peso insuficientes y desnutrición. Se ofrece alimentación con superávit calórico con el fin de promover el incremento de peso.

Alimentación hipocalórica. Recomendada a personas con exceso de peso: sobrepeso y obesidad. Se reducen las porciones de los alimentos con alta densidad energética con el fin de promover el mantenimiento o la pérdida de peso de las personas. Se reducen las cantidades de los alimentos, en el almuerzo y la cena se ofrece solo uno de los componentes cereal o acompañante.

Según la consistencia.

Alimentación blanda. Es una dieta que incluye preparaciones que facilitan el proceso de masticación y deglución, modificando la consistencia de los alimentos ofreciéndolos blandos, en trozos muy pequeños o en puré.

Alimentación semiblanda. Es una dieta modificada en consistencia que permite preparaciones que no requieran esfuerzo en la masticación. Está indicada en personas con dificultad para masticar sea debido a edad avanzada, debilidad post operatoria o problemas dentales graves o que no tengan dentadura, limitaciones físicas para la manipulación de los alimentos, antecedentes de tos o ahogos, parálisis cerebral y personas con niveles de conciencia levemente alterados con dificultades en la acción mecánica dental y deglutoria**.**

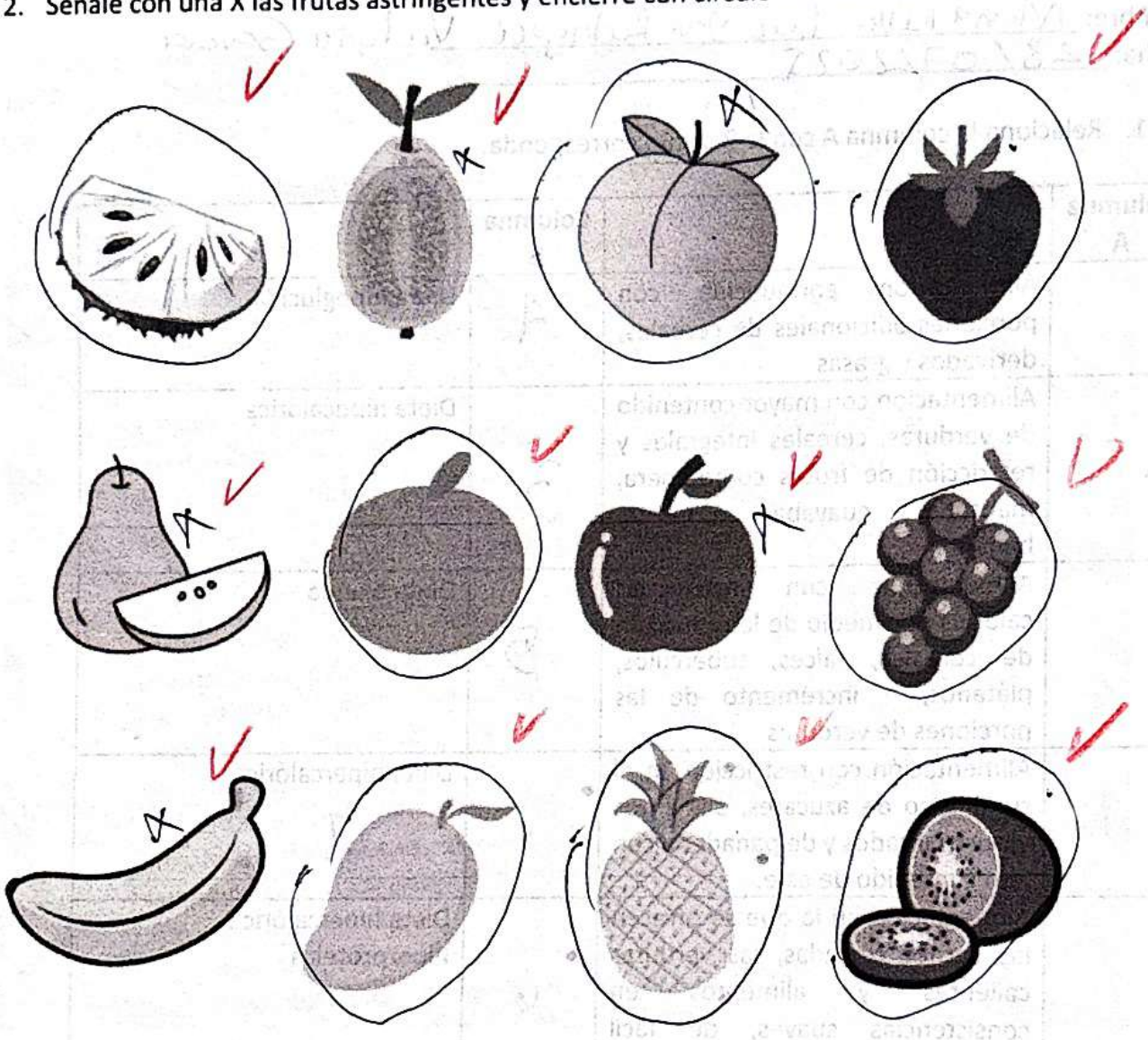
Alimentación liquida total. Es una dieta que busca satisfacer los requerimientos de nutrientes del paciente, ofreciendo alimentos en estado líquido y a temperatura adecuada, es nutricionalmente adecuada. Se indica en casos de alteraciones de la masticación o de deglución, y dependiendo de la limitación personal, se puede manejar consistencias tipo miel o tipo compota.

Es necesario suplementar con algún modulo nutricional, ya que en muchos casos no se puede cubrir las necesidades nutricionales requeridas, debido a alteraciones en el vaciamiento gástrico. Se emplea en casos de estenosis esofágica o gastrointestinal. Se indica durante procesos inflamatorios moderados del tracto gastrointestinal y en enfermos en fase aguda con dificultad respiratoria

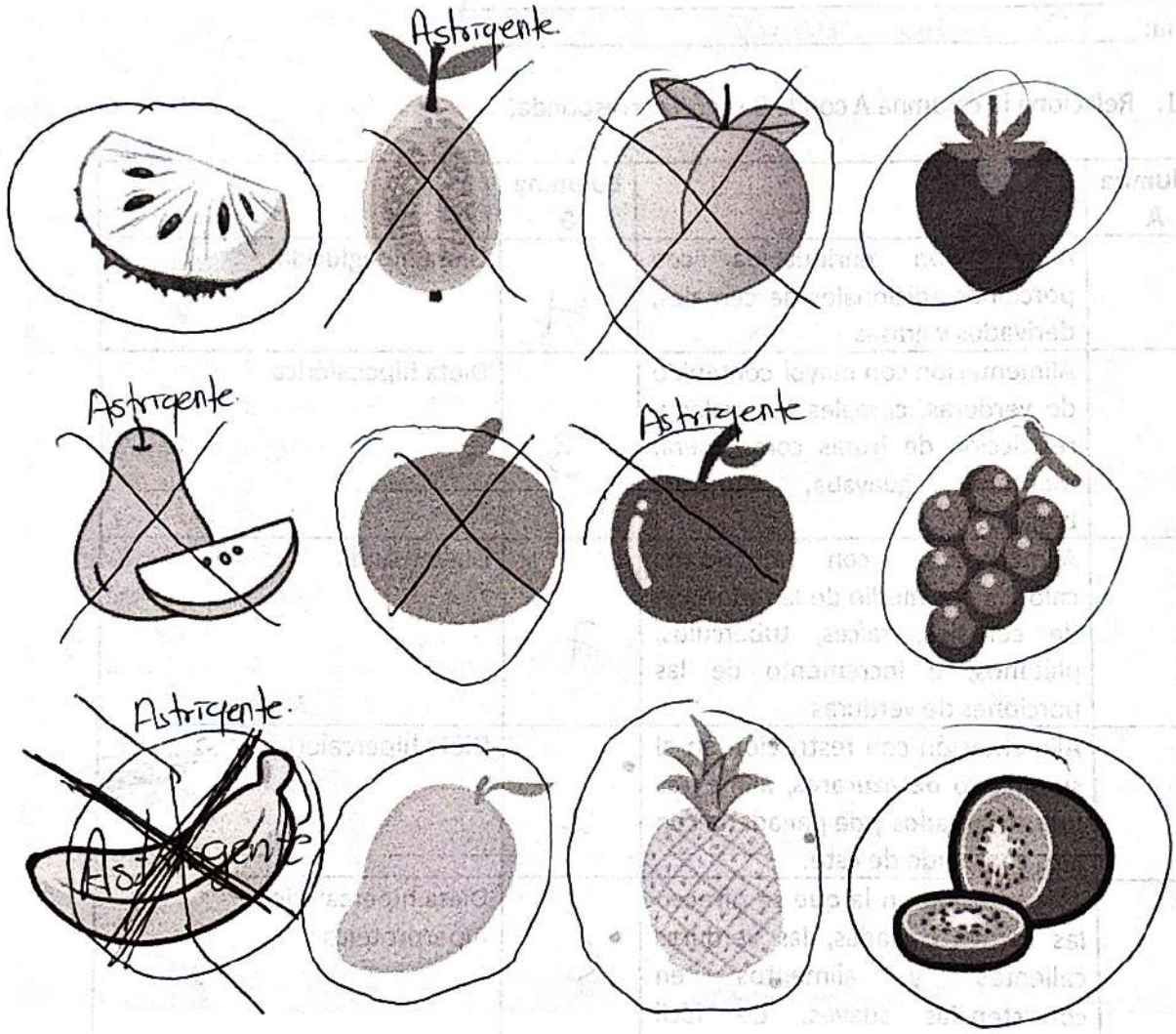
Dietas especiales.

Alimentación renal. La alimentación para manejo de la insuficiencia renal, controla la cantidad de proteína y fósforo suministrada en la dieta, su aporte calórico se mantiene.

2. Señale con una X las frutas astringentes y encierre con circulo las frutas altas en fibra.



2. Señale con una X las frutas astringentes y encierre con circulo las frutas altas en fibra.



EVALUACIÒN MANUAL DIETARIO.

Nombre: Julian Charry. - Jenny Beltran.
Fecha: 23 Julio 2025

1. Relaciona la columna A con la B según corresponda.

Columna A		Columna B	
1	Alimentación enriquecida con porciones adicionales de cereales, derivados y grasas	4.	Dieta hipoglucida ✓
2	Alimentación con mayor contenido de verduras, cereales integrales y restricción de frutas como: pera, manzana, guayaba, durazno, banano.	3	Dieta hipocalórica ✓
3	Alimentación con restricción calórica por medio de la reducción de cereales, raíces, tubérculos, plátanos, e incremento de las porciones de verduras	7	Dieta blanda 5
4	Alimentación con restricción en el suministro de azucares, alimentos industrializados y de panadería con alto contenido de este.	1	Dieta hipercalórica ✓
5	Alimentación en la que se ofrecen las carnes cortadas, las verduras calientes y alimentos en consistencias suaves, de fácil masticación	6	Dieta hipercalórica hiperproteica ✓
6	Alimentación en la que se ofrecen cantidades adicionales de alimentos fuentes de proteína, cereales y grasa	5	Dieta semiblanda ✓ 7
7	Alimentación en la que se procesan los alimentos y se ofrecen en consistencias suaves, sin disgregantes. Así mismo, se ofrecen líquidos espesos.	2	Dieta alta en fibra. ✓

Es posible que se tenga que limitar el consumo de calcio, sodio y potasio. Una dieta para la insuficiencia renal puede ayudar a disminuir la cantidad de desecho que produce el cuerpo, lo cual puede ayudar a que los riñones funcionen mejor. Eso también podría ayudar a retrasar la insuficiencia renal total. La dieta podría cambiar con el tiempo conforme la condición de salud cambie. Es posible que también se necesite realizar otros cambios en la dieta si se tiene otros problemas de salud, como la diabetes.

Alimentación alta en fibra: Alimentación terapéutica que cubre el aporte de macronutrientes de la dieta normal pero que brinda un aporte adicional de fibra que permite mejorar el tránsito intestinal.

A menudo, la fibra alimentaria se clasifica según su solubilidad, en fibra soluble o insoluble. Ambos tipos de fibra se encuentran en distintas proporciones en los alimentos que contienen fibra. La avena, la cebada, las frutas, las verduras y las legumbres son buenas fuentes de fibra soluble. Los cereales integrales y el pan integral son fuentes ricas en fibra insoluble.

Alimentación astringente. Dieta que se basa en la alimentación normal en cuanto a sus aportes de macronutrientes que brinda un aporte adicional de fibra soluble permitiendo una mayor absorción de líquidos a nivel intestinal.

Se basa principalmente en la reducción de la ingesta de alimentos ricos o con un contenido moderado de fibra, así como de aquellos alimentos de los que se consideran que aumentan los residuos fecales a pesar de su bajo contenido de fibra.

Alimentación hiposódica. Es una dieta que cuenta con el mismo aporte de macronutriente que una alimentación normal pero que requiere modificación en la cantidad de sodio proporcionada dentro de la composición química de los alimentos. Y se maneja en diferentes grados de restricción dependiendo del grado de compromiso patológico, determinado únicamente por el médico internista.

Existen tres niveles de restricción de sodio en la alimentación:

- Restricción leve: de 900 a 2.100 mg de sodio.

- Restricción moderada: de 500 a 900 mg de sodio.

- Restricción severa: menos de 500 mg de sodio

Alimentación hipoglucida. Dieta terapéutica derivada de la normal fraccionada en 6 tiempos de comida, con distribución proporcional y adecuada de carbohidratos complejos y con restricción en el aporte de carbohidratos simples.

El índice de glucosa se define como el cociente entre el área que se encuentra bajo la curva de la respuesta glicémica provocada por el alimento y la misma área provocada por el alimento de referencia que es el pan blanco. Por definición el pan blanco tiene un índice glicémico de 100.

Alimentación baja en vitamina k. Se ofrece a las personas mayores anticoaguladas, motivo por el cual se hace restricción de frutas y verduras con alto contenido de vitamina K, debido a que son precursores de los factores de coagulación. Se recomienda evitar el consumo de repollo, lechuga, espinaca, acelga, col, aguacate, rábano, kiwi, mora y ciruelas pasas.
Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
Implementar las recomendaciones dadas en la derivación dietaría	Equipo centro integrarte-Programa de nutrición	Durante la vigencia del convenio

CONVOCATORIA. Se propone una nueva reunión para el mes de agosto 2025.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Nataly Stefany Fandiño	Nutricionista	CIAI grupo 5	

Ver anexo:

Anexo 1.Evaluaciòn pretest y postest en fisico.

Anexo 2. Registro fotografico.



Elaboró: Nataly Stefany Fandiño Remolina

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 I2024018983 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Manual Dietario 2. Lugar o Localidad o Sede: CIAI Grupos 3. Fecha y hora: 23/07/2025 16:00 - 17:00 pm

4. Nombre responsable: Nataly Fandiño Remolina 5. Dependencia responsable: Subdirección para la discapacidad

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	Erica Carolina Pinzón	C.C	1020844106	CIAI Grupos	Aux Enfermería	No aplica	carito-erica65@hotmail.com	3133402863	ErikaPinzón
2	Catalina Sanabria	CC	1072666962	CIAI Grupos	Designado documental	No aplica	dcsanabria11@gmail.com	3105719097	
3	Alejandra Navarrete	CC	1010017860	CIAI grupos	Enfermera	No aplica	Enfermeriachia@email.com	3212666651	Alejandrante
4	Laura Lorena Suarez	CC	1075684471	CIAI Grupos	Almacén	No Aplica	Adsuarez96@gmail	3213741376	
5	Tithania Pedraza P	CC	1072678005	CIAI G 5	Trabajadora social	NO Aplica	tsocial.pedraza@gmail.com	3228267529	Tithania Pedraza
6	Julian Charry	CC	80249332	CIAI G-5	Aux Enfermería	No Aplica	julian.charry206@gmail.com	3112973110.	
7	Angie Vanessa Ibañez N	CC	1070619185	CIAI Grupos	Psicología	No Aplica	Psicologia@gmail.com	3104936901	Angie I
8	Gabriela Jaramillo Anca	CC	1088648731	CIAI G 5	T. Ocupacional	No aplica	gabyjaraSze@hotmail.com	3185240371	
9	Diego Camilo Avila C	CC	1026600065	CIAI G5	T. Ocupacional	No aplica		3107413403	
10	Jenny Beltrán	CC	1075672740	CIAI Grupos	Auxiliar Enfermería	No Aplica	beltranjenny544@gmail.com	3118311174	
11	Leidy Katherine Puentes	CC	1033777828	CIAI Grupo 5	Ed. Especial	No Aplica	lkatpuentes@gmail.com	3004532461	
12	Judy Rodrigues	CC	35918685	CIAI Grupo 5	Auxiliar enfermería	No aplica	judithrodrigues0320@gmail.com	3144643492	
13	Nana Nope	CC	20749478	CIA Grupo 5	Auxiliar enfermería	No aplica	Nana.nope-2@hotmail.	3194868229	
14	Vicky Garda	CC	1003818744	CIA Grupo 5	Auxiliar enfermería	No aplica	Vicydorcas0220@com	3144932801	
15	Fabian A Gonzalez	CC.	80747911.	CIAI Grupo 5.	Psicologo.	No aplica.	fabyalop@gmail.com.	3183976291	
16	Sara Lucia Navarrete B	CC.	1010011561	CIAI G5	T. Ocupacional	No aplica	Sarlu1128@gmail	3166962360	Sara Navarrete
17	Ludy Capataz Ortiz	CC	1002319351	CIAI G5	R. Ambiental	No Aplica	Ludy5022580gmail.com	3137802395	Ludy C.
18	Amanda Munoz	CC	3547	CIAI G5	Aux cocina	No aplica	janethmu@hotmail.com	3208948156	
19	Jose Benitez	C.C	2352298	CIAI G 5	cocina	No aplica	josebenitez23@hotmail.com	3124164526	
20	Ximena Rodriguez	C.C	3391170	CIAI G5	Auxiliar	No aplica		3144969736	Ximena

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.

Ludys Capata 2. Sana Nuevamente

EVALUACIÒN MANUAL DIETARIO.

Nombre: Fabyan A. Gonzalez. Torres.

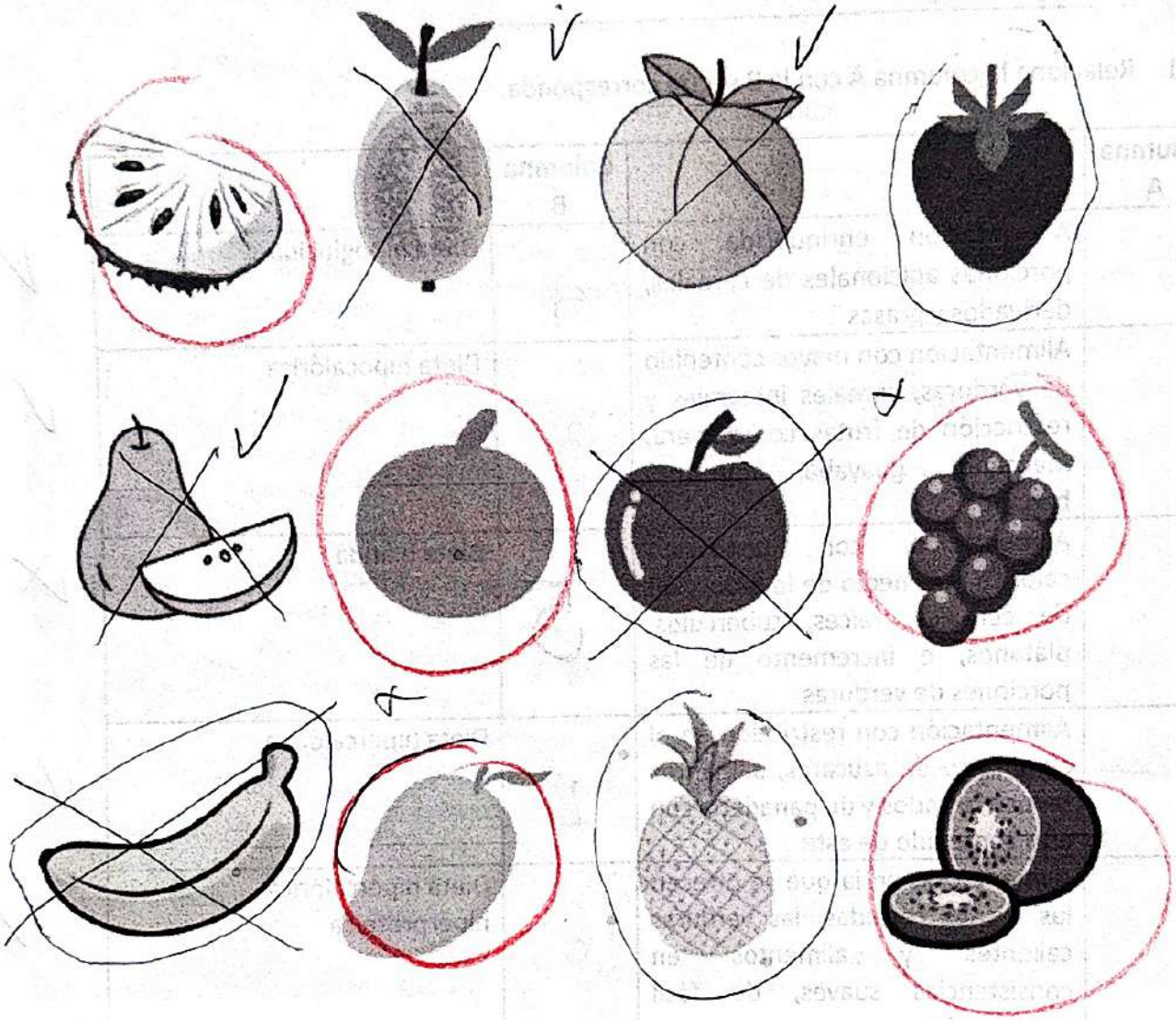
Fecha: 23/ Julio /2025

1. Relaciona la columna A con la B según corresponda.

Columna A		Columna B	
1	Alimentación enriquecida con porciones adicionales de cereales, derivados y grasas	4	Dieta hipoglucida
2	Alimentación con mayor contenido de verduras, cereales integrales y restricción de frutas como: pera, manzana, guayaba, durazno, banano.	3	Dieta hipocalórica
3	Alimentación con restricción calórica por medio de la reducción de cereales, raíces, tubérculos, plátanos, e incremento de las porciones de verduras	7	Dieta blanda
4	Alimentación con restricción en el suministro de azucares, alimentos industrializados y de panadería con alto contenido de este.	6	Dieta hipercalórica
5	Alimentación en la que se ofrecen las carnes cortadas, las verduras calientes y alimentos en consistencias suaves, de fácil masticación	1	Dieta hipercalórica hiperproteica
6	Alimentación en la que se ofrecen cantidades adicionales de alimentos fuentes de proteína, cereales y grasa	5	Dieta semiblanda
7	Alimentación en la que se procesan los alimentos y se ofrecen en consistencias suaves, sin disgregantes. Así mismo, se ofrecen líquidos espesos.	2	Dieta alta en fibra.

✓ ✓ ✗(5) ✓ ✓ ✗(7) ✓

2. Señale con una X las frutas astringentes y encierre con circulo las frutas altas en fibra.



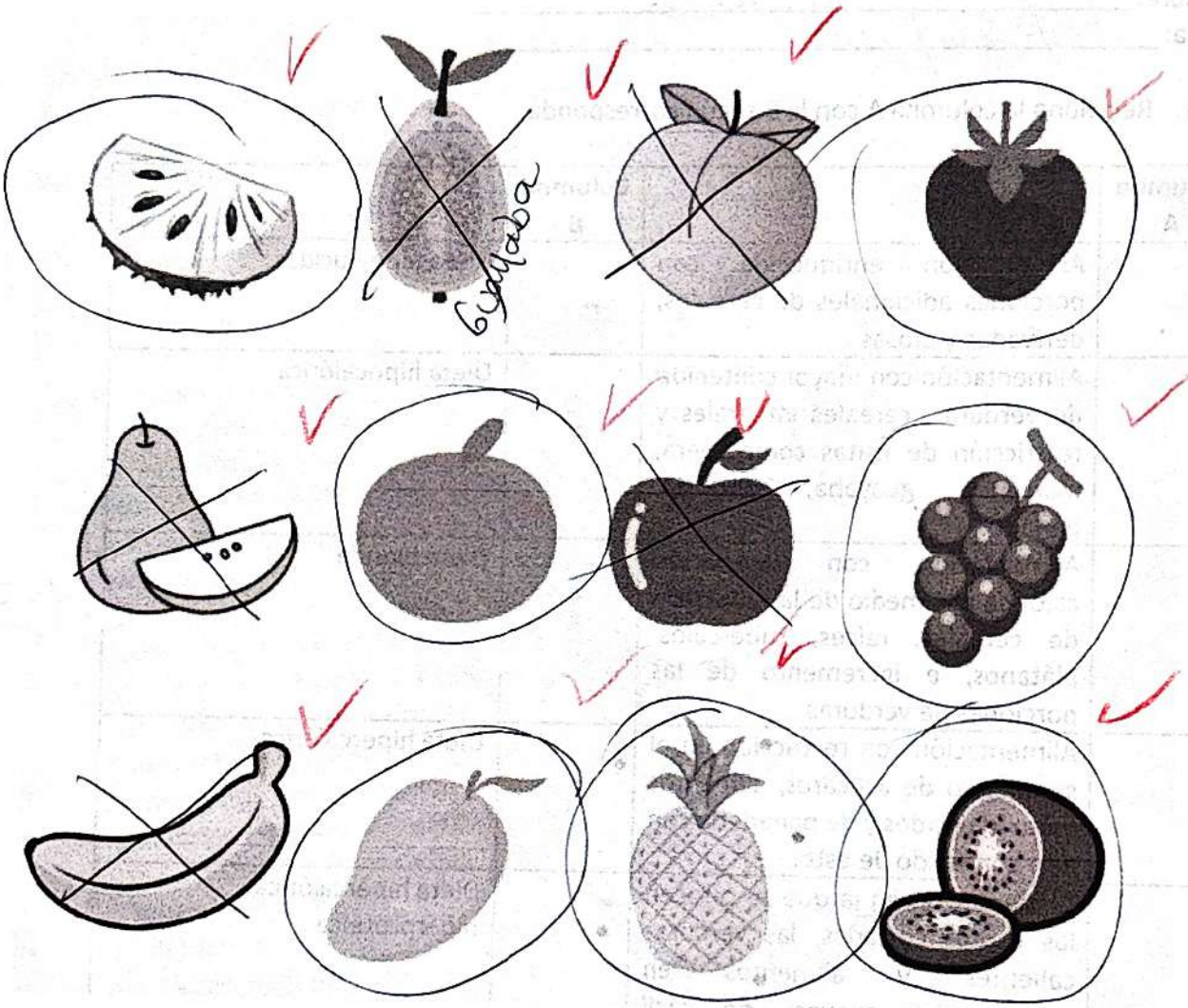
EVALUACIÒN MANUAL DIETARIO.

Nombre: Angie Vanessa Ibañez Navarro
Fecha: 23 Julio 2025

1. Relaciona la columna A con la B según corresponda.

Columna A		Columna B	
1	Alimentación enriquecida con porciones adicionales de cereales, derivados y grasas	4	Dieta hipoglucida
2	Alimentación con mayor contenido de verduras, cereales integrales y restricción de frutas como: pera, manzana, guayaba, durazno, banano.	3	Dieta hipocalórica
3	Alimentación con restricción calórica por medio de la reducción de cereales, raíces, tubérculos, plátanos, e incremento de las porciones de verduras	7	Dieta blanda
4	Alimentación con restricción en el suministro de azucares, alimentos industrializados y de panadería con alto contenido de este.	1	Dieta hipercalórica
5	Alimentación en la que se ofrecen las carnes cortadas, las verduras calientes y alimentos en consistencias suaves, de fácil masticación	6	Dieta hipercalórica hiperproteica
6	Alimentación en la que se ofrecen cantidades adicionales de alimentos fuentes de proteína, cereales y grasa	5	Dieta semiblanda
7	Alimentación en la que se procesan los alimentos y se ofrecen en consistencias suaves, sin disgregantes. Así mismo, se ofrecen líquidos espesos.	2	Dieta alta en fibra.

2. Señale con una X las frutas astringentes y encierre con circulo las frutas altas en fibra.



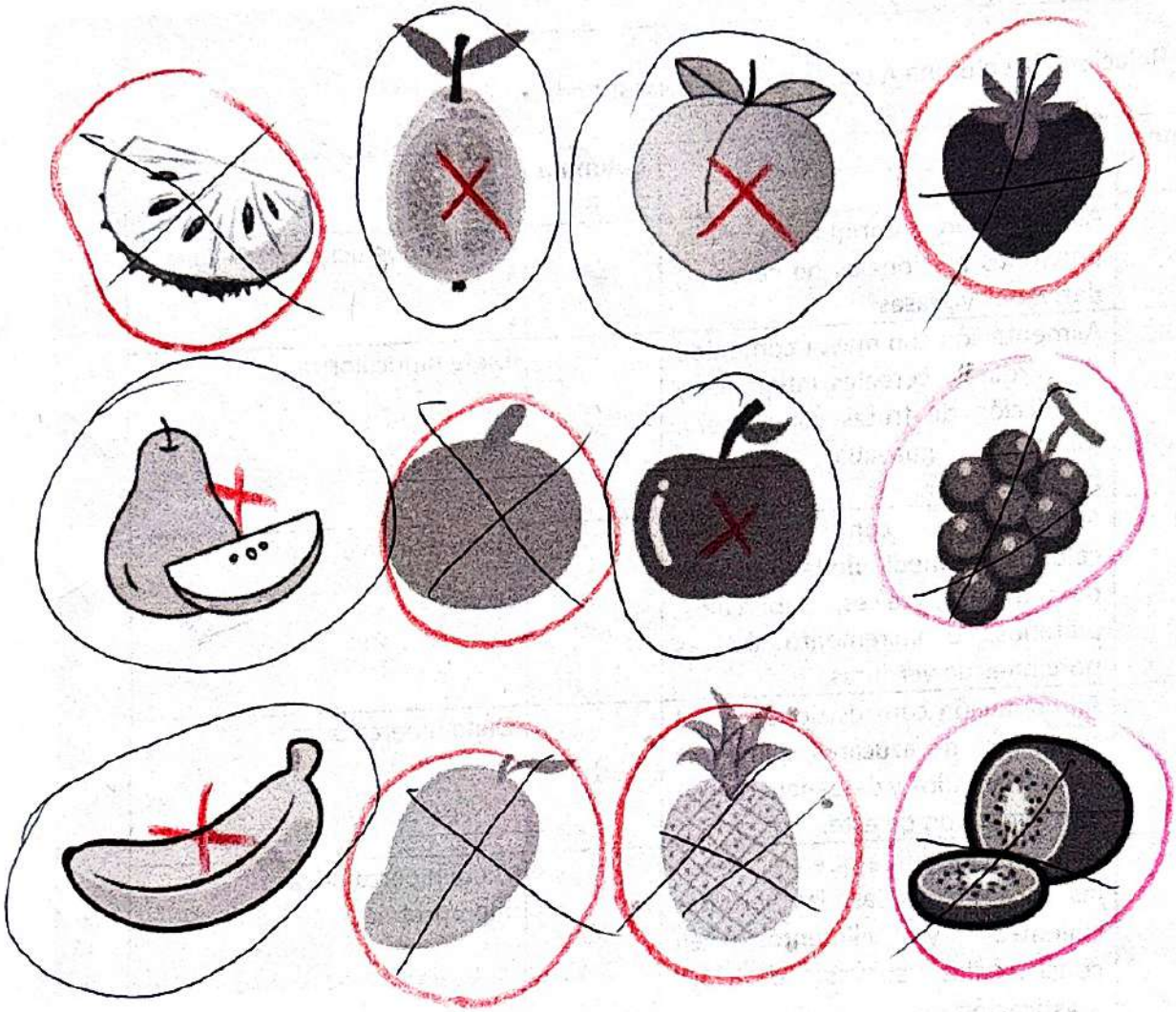
EVALUACIÒN MANUAL DIETARIO.

Nombre: Thanya Pedraza Pineda
Fecha: 23/07/2025

1. Relaciona la columna A con la B según corresponda.

Columna A		Columna B		
1	Alimentación enriquecida con porciones adicionales de cereales, derivados y grasas	4	Dieta hipoglucida	✓
2	Alimentación con mayor contenido de verduras, cereales integrales y restricción de frutas como: pera, manzana, guayaba, durazno, banano.	3	Dieta hipocalórica	✓
3	Alimentación con restricción calórica por medio de la reducción de cereales, raíces, tubérculos, plátanos, e incremento de las porciones de verduras	7	Dieta blanda	✗
4	Alimentación con restricción en el suministro de azucares, alimentos industrializados y de panadería con alto contenido de este.	1	Dieta hipercalórica	✓
5	Alimentación en la que se ofrecen las carnes cortadas, las verduras calientes y alimentos en consistencias suaves, de fácil masticación	6	Dieta hipercalórica hiperproteica	✓
6	Alimentación en la que se ofrecen cantidades adicionales de alimentos fuentes de proteína, cereales y grasa	5	Dieta semiblanda	✗
7	Alimentación en la que se procesan los alimentos y se ofrecen en consistencias suaves, sin disgregantes. Así mismo, se ofrecen líquidos espesos.	2	Dieta alta en fibra.	✓

2. Señale con una X las frutas astringentes y encierre con circulo las frutas altas en fibra.



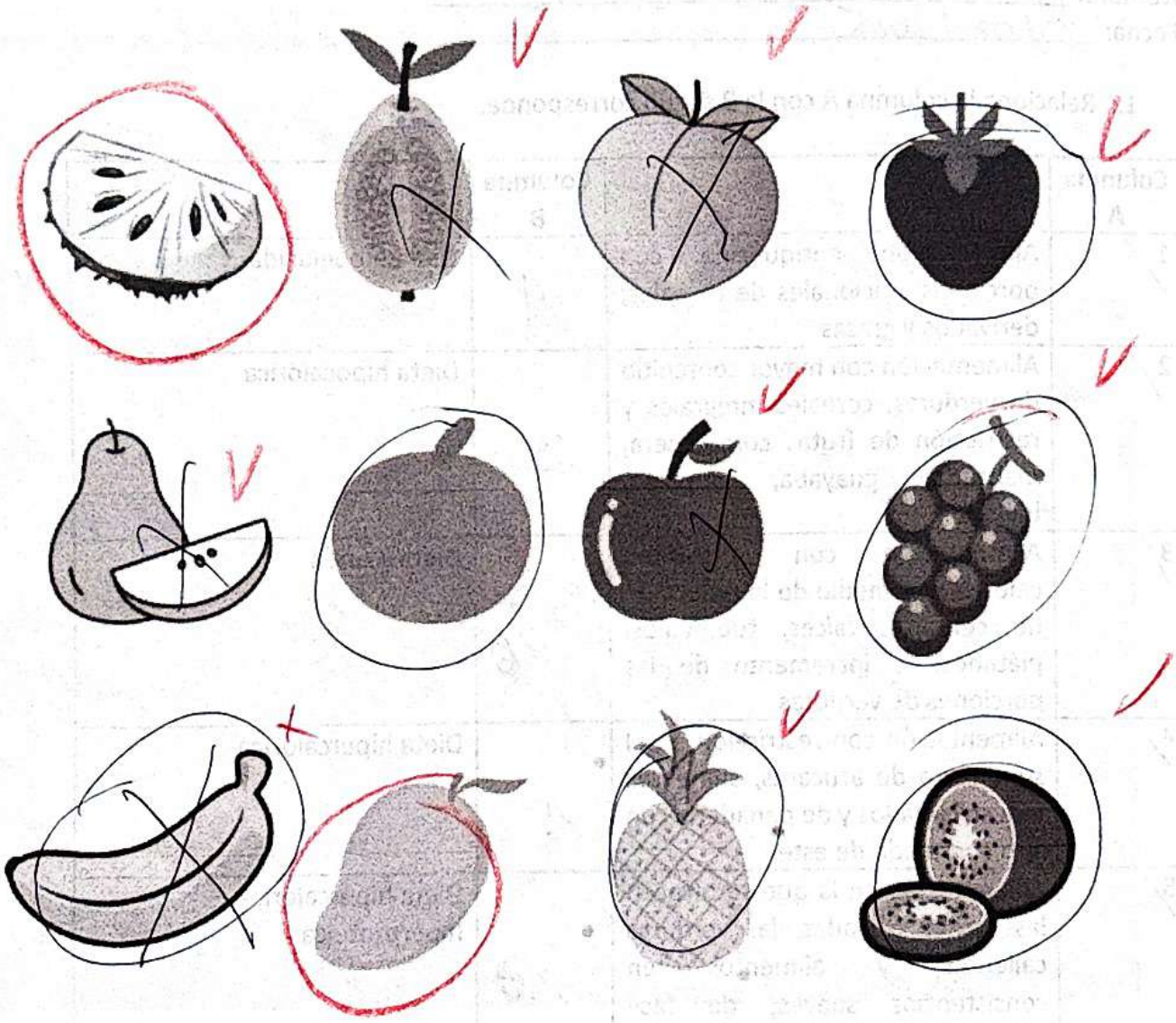
EVALUACIÒN MANUAL DIETARIO.

Nombre: Mana Nde Luz Dari Rodriguez Victuña Garcia.
Fecha: 23/07/2025

1. Relaciona la columna A con la B según corresponda.

Columna A		Columna B	
1	Alimentación enriquecida con porciones adicionales de cereales, derivados y grasas	4	Dieta hipoglucida
2	Alimentación con mayor contenido de verduras, cereales integrales y restricción de frutas como: pera, manzana, guayaba, durazno, banano.	3	Dieta hipocalórica 3
3	Alimentación con restricción calórica por medio de la reducción de cereales, raíces, tubérculos, plátanos, e incremento de las porciones de verduras	5	Dieta blanda
4	Alimentación con restricción en el suministro de azucares, alimentos industrializados y de panadería con alto contenido de este.	1	Dieta hipercalórica 1
5	Alimentación en la que se ofrecen las carnes cortadas, las verduras calientes y alimentos en consistencias suaves, de fácil masticación	6	Dieta hipercalórica hiperproteica
6	Alimentación en la que se ofrecen cantidades adicionales de alimentos fuentes de proteína, cereales y grasa	7	Dieta semiblanda.
7	Alimentación en la que se procesan los alimentos y se ofrecen en consistencias suaves, sin disgregantes. Así mismo, se ofrecen líquidos espesos.	2	Dieta alta en fibra. 2

2. Señale con una X las frutas astringentes y encierre con circulo las frutas altas en fibra.



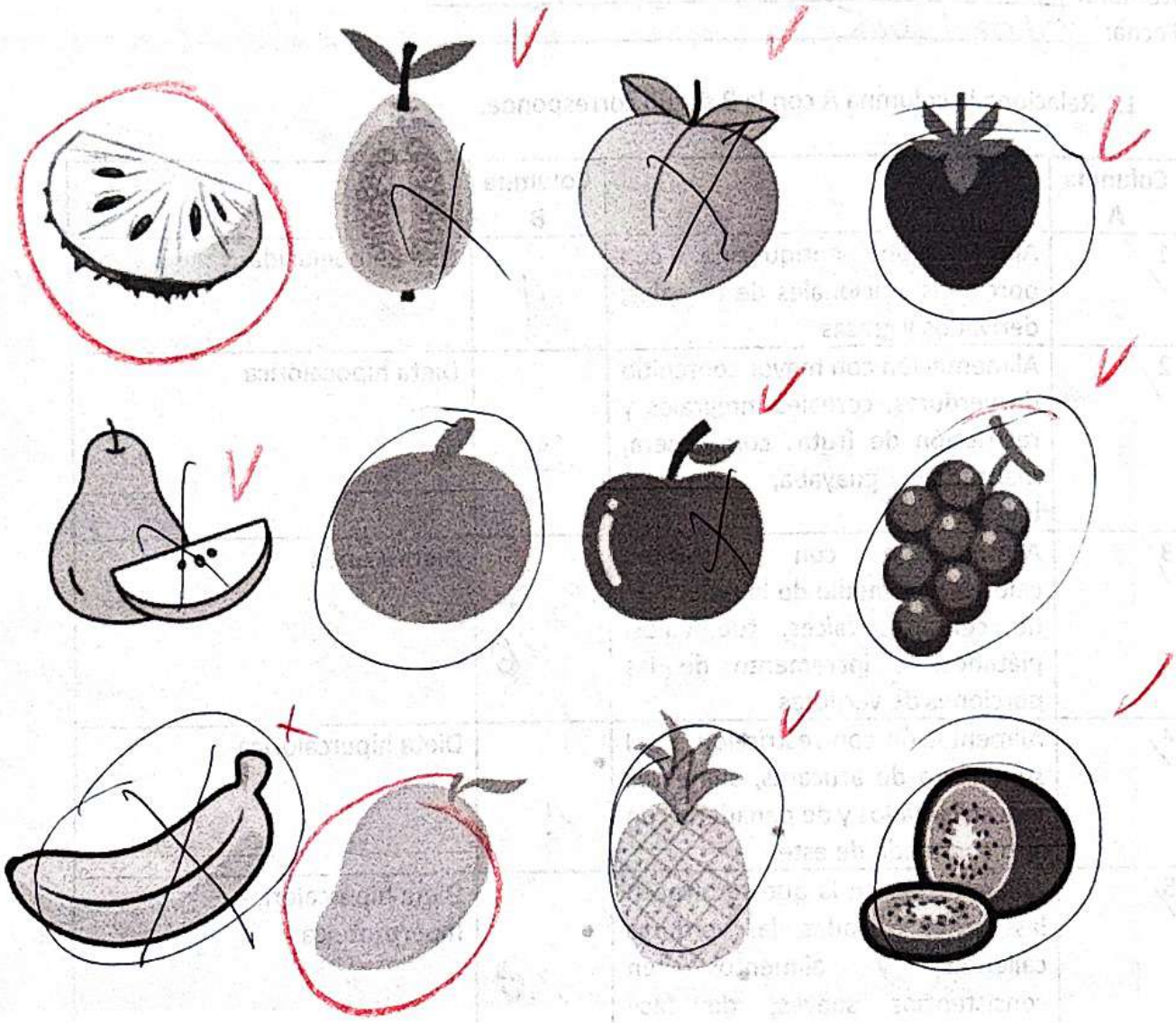
EVALUACIÒN MANUAL DIETARIO.

Nombre: Jisch Camila Avila Castillo.
Fecha: 23/07/2025

1. Relaciona la columna A con la B según corresponda.

Columna A		Columna B	
1	Alimentación enriquecida con porciones adicionales de cereales, derivados y grasas	4	Dieta hipoglucida
2	Alimentación con mayor contenido de verduras, cereales integrales y restricción de frutas como: pera, manzana, guayaba, durazno, banano.	3	Dieta hipocalórica
3	Alimentación con restricción calórica por medio de la reducción de cereales, raíces, tubérculos, plátanos, e incremento de las porciones de verduras	5 7 6	Dieta blanda
4	Alimentación con restricción en el suministro de azucares, alimentos industrializados y de panadería con alto contenido de este.	1	Dieta hipercalórica
5	Alimentación en la que se ofrecen las carnes cortadas, las verduras calientes y alimentos en consistencias suaves, de fácil masticación	6	Dieta hipercalórica hiperproteica
6	Alimentación en la que se ofrecen cantidades adicionales de alimentos fuentes de proteína, cereales y grasa	7	Dieta semiblanda
7	Alimentación en la que se procesan los alimentos y se ofrecen en consistencias suaves, sin disgregantes. Así mismo, se ofrecen líquidos espesos.	2	Dieta alta en fibra.

2. Señale con una X las frutas astringentes y encierre con circulo las frutas altas en fibra.



EVALUACIÒN MANUAL DIETARIO.

Nombre: Leidy Katherine puentes

Fecha: 23/07/2025

1. Relaciona la columna A con la B según corresponda.

Columna A		Columna B	
1	Alimentación enriquecida con porciones adicionales de cereales, derivados y grasas	4	Dieta hipoglucida
2	Alimentación con mayor contenido de verduras, cereales integrales y restricción de frutas como: pera, manzana, guayaba, durazno, banano.	3	Dieta hipocalórica
3	Alimentación con restricción calórica por medio de la reducción de cereales, raíces, tubérculos, plátanos, e incremento de las porciones de verduras	5	Dieta blanda
4	Alimentación con restricción en el suministro de azucares, alimentos industrializados y de panadería con alto contenido de este.	1	Dieta hipercalórica
5	Alimentación en la que se ofrecen las carnes cortadas, las verduras calientes y alimentos en consistencias suaves, de fácil masticación	6	Dieta hipercalórica hiperproteica
6	Alimentación en la que se ofrecen cantidades adicionales de alimentos fuentes de proteína, cereales y grasa	7	Dieta semiblanda
7	Alimentación en la que se procesan los alimentos y se ofrecen en consistencias suaves, sin disgregantes. Así mismo, se ofrecen líquidos espesos.	2	Dieta alta en fibra.