ACTA No 19

FECHA: Chía, Cundinamarca 13 enero 2026

HORA: 9:00 a.m. - 10:00 am.

LUGAR: Centro Integrarte Atención interna grupo 5

TEMA: Socialización 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 la socialización de las recomendaciones establecidas en el manual dietario con un corto saludo y la presentación del objetivo de la actividad. Luego de esto se aplica una evaluación escrita por medio de la presentación de 4 casos:

Caso 1. Mujer de 48 años de edad con diagnostico medico de esquizofrenia, hipertensión, dislipidemia y sobrepeso.

Caso 2. Hombre de 35 años con trastorno del comportamiento, delgadez y EPOC.

Caso 3. Mujer de 55 años con diabetes, obesidad, hipertensión arterial.

Caso 4. Hombre de 24 años de edad, con epilepisia y disfagia.

Luego de esto, se realiza la presentación de las objetivos y las indicaciones de las diferentes derivaciones dietarías de acuerdo al aporte de energía, según las consistencias y las dietas especiales.

Según el aporte calórico.

- **Alimentación normocalorica.** Se ofrece a las personas con adecuado estado nutricional, sin diagnósticos médicos que ameriten cambios en la alimentación, corresponde a la alimentación estándar de la comunidad de cuidado de acuerdo a lo establecido en el ciclo de menús y la minuta patrón. Brinda una alimentación completa, suficiente y balanceada.

- **Alimentación hipercalórica:** Se deberían ofrecer seis tiempos de comida incluyendo refrigerio nocturno. En este se ofrece una bebida con leche y un derivado de cereal: área,

pan, o galletas. En el almuerzo y la cena se ofrece media porción adicional de carnes y cereales, o raíz, tubérculo o plátano. A nivel institucional se ofrece un refrigerio enriquecido mediante el ofrecimiento de porción y media de carnes, huevos o queso, así como porciones adicionales de mermeladas, mantequilla de maní o margarina.

- **Alimentación hipocalórica.** 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.

  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.

Finalmente se resuelven dudas y preguntas, y se realiza evaluación escrita.

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 acorde al lineamiento técnico establecido para la secretaria de integración social.

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.Presentaciòn manual dietario



Anexo 4. Registro fotográfico



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 I2024018963 - 12/07/2024	
Página: 1 de 1	

1. Tema: Manual dietario 2. Lugar o Localidad o Sede: CIAI Grupos 3. Fecha y hora: 13/01/2026 9:00-10:00am

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	Felipe A. Hoyos O.	CC	1061753815	CIAI GS	Cultísico	NO aplica	felipehoyos663@gmail.com	3227385261	Felipe Hoyos
2	Diana Sanchez	CC	1070000115	CIAI GS	EduEspecial	No Aplica	educadordiana1487@gmail.com	3213735790	
3	Wilson Guayambuco	CC	11349978	CIAI GS	Tallerista	NoAplica	wilsonguayambuco270@gmail.com	3126348228	
4	Alejandra Navarrete	CC	1010017860	CIAI GS	Enfermera	No aplica	enfermeriachia@gmail.com	321 366 6651	Alejandra
5	Sara Lucia Navarrete B	C.C.	1070011567	CIAI GS	T. Ocupacional	No aplica	Sarlu1128@Gmail.com	3166962360	Sara N.
6	Ludys Cepeda Ortiz	Cc	1002319351	CIAI GS	R. Ambiental	No aplica	lud45022809gmail.com	3137802395	Ludys C.
7	María Gisela Díaz Herrera	CC	35196405	CIAI GS	Tallerista	No aplica	mariaherrera195902@gmail.com	3143221664	
8	Lina María Rodríguez F.	CC	1032462443	CIAI GS	Psicología	No aplica	linamariarodriguezf@gmail.com	3112488961	
9	Paula Andrea Garzón C	CC	1030657707	CIAI GS	Terapeuta ocupacional	No Aplica	paulagarzon014@gmail.com	3504963364	
10	Tithania Pedraza P	CC	1072675005	CIAI GS	T. Social	No aplica	tsocial.pedraza@gmail.com	3228675729	
11	Fabian. A Gonzalez.	CC.	80797911	CIAI GS	Psicologo	No aplica	fabian@gmail.com	3183976211	
12	Angie Paola Avila C	CC	1072666060	CIAI GS	Terapeuta	No aplica	terapiadeglobos	3107613603	
13	Laura Tatiana Suarez	CC	1070684911	CIAI GS	T-Alimentos	No Aplica	tatasuarez99@gm	3213241326	
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