DIRECCIÓN TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS DTSC

INFORME FINAL ESTRATEGIA:

PESO SALUDABLE, NIÑOS FELICES

ELABORADO POR:

Dayana Garcia Restrepo

Enfermera PIC E.S.E Hospital San José

Maryuri Andrea Zapata

Psicóloga PIC E.S.E Hospital San José

E.S.E HOSPITAL SAN JOSÉ

Viterbo Caldas, junio de 2026

INFORME FINAL DE EJECUCIÓN DE LA ESTRATEGIA PESO SALUDABLE NIÑOS FELICES DE LA LÍNEA SEGURIDAD ALIMENTARIA NUTRICIÓN PIC 2026

1. INTRODUCCIÓN

En el marco del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) 2026 y de la línea de **Seguridad Nutricional**, se implementó la estrategia **"Peso Saludable, Niños Felices"**, dirigida a padres, madres y cuidadores de niños y niñas entre los 2 y 8 años de edad con diagnóstico de sobrepeso, obesidad o riesgo de sobrepeso identificados a través del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN). La estrategia surgió como una respuesta a la necesidad de fortalecer las capacidades familiares para la prevención y el manejo de la malnutrición por exceso durante la primera infancia e infancia, reconociendo el papel fundamental que desempeñan los cuidadores en la formación de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables.

Para la implementación de la estrategia se realizó inicialmente la búsqueda activa y priorización de diez niños y niñas con malnutrición por exceso, quienes fueron vinculados junto con sus familias al proceso educativo. Posteriormente, se desarrolló un proceso de concertación y socialización con los padres y cuidadores, en el cual se presentó el alcance de la estrategia, los objetivos propuestos y el cronograma de actividades, promoviendo la participación activa y el compromiso de las familias durante todo el proceso.

La estrategia se desarrolló mediante una serie de talleres educativos dirigidos a fortalecer conocimientos, actitudes y prácticas relacionadas con la alimentación saludable, el etiquetado nutricional, la identificación de publicidad engañosa, el reconocimiento de las señales de hambre, apetito y saciedad en los niños, así como las consecuencias físicas, mentales y emocionales asociadas al sobrepeso y la obesidad infantil. Estos espacios fueron diseñados bajo metodologías participativas y reflexivas que permitieron el intercambio de experiencias, la construcción colectiva de conocimientos y la aplicación práctica de los aprendizajes en el entorno familiar.

De igual manera, la estrategia contempló la aplicación de herramientas de evaluación y seguimiento, incluyendo un pretest para identificar los conocimientos iniciales de los participantes, la aplicación del tamizaje de salud mental y peso para la identificación de factores de riesgo asociados al exceso de peso, y un post test orientado a evaluar los aprendizajes adquiridos durante el proceso educativo. Asimismo, se realizaron las respectivas canalizaciones a los servicios de salud

correspondientes de acuerdo con los hallazgos identificados y los lineamientos establecidos en las Rutas Integrales de Atención en Salud.

La implementación de la estrategia permitió sensibilizar a las familias sobre la importancia de promover hábitos alimentarios saludables desde la infancia, fortalecer habilidades para la toma de decisiones informadas frente a la alimentación y generar conciencia sobre el impacto que tienen las prácticas familiares en el crecimiento, desarrollo y bienestar integral de los niños y niñas.

El presente informe consolida las acciones desarrolladas, los resultados obtenidos, los aprendizajes alcanzados y las recomendaciones derivadas de la ejecución de la estrategia **"Peso Saludable, Niños Felices"**, evidenciando el aporte realizado desde el componente de Seguridad Nutricional para la promoción de estilos de vida saludables y la prevención de la malnutrición por exceso en la población infantil del municipio de Viterbo.

3 DESEMPEÑO TÉCNICO POR ESTRATEGIA

Ejecución de la estrategia	
ACTIVIDAD 1. Proceso de búsqueda de niños y niñas a intervenir a través del SISVAN	Se realizó la revisión y análisis de los registros reportados en el Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN) correspondientes a los cinco meses previos al inicio de la estrategia, con el propósito de identificar niños y niñas entre los 2 y 8 años que presentaran diagnóstico de sobrepeso, obesidad o riesgo de sobrepeso. Posteriormente se efectuó el proceso de priorización de usuarios pertenecientes al Centro de Desarrollo Infantil (CDI), modalidad familiar y población escolar, hasta completar un total de diez participantes. Esta actividad permitió focalizar la intervención en población con malnutrición por exceso, garantizando que las acciones educativas estuvieran dirigidas a quienes presentaban mayor necesidad de acompañamiento y fortalecimiento de hábitos saludables.

ACTIVIDAD 2. Concertación con padres de familia y cuidadores, socialización de la estrategia y cronograma de actividades	Se desarrolló un encuentro de concertación con padres, madres y cuidadores de los niños priorizados, durante el cual se realizó la presentación de la estrategia “Peso Saludable, Niños Felices”, sus objetivos, alcance, metodología y cronograma de actividades. Asimismo, se sensibilizó a los participantes sobre la importancia de la alimentación saludable y los hábitos de vida en la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil. Durante la jornada se promovió la participación activa de los asistentes, se resolvieron inquietudes y se establecieron compromisos para favorecer la asistencia y continuidad de las familias durante el desarrollo de la estrategia.
ACTIVIDAD 3. Taller 1: Alimentación Saludable y aplicación de Pre-Test	Antes de iniciar el componente educativo se aplicó un pretest a los padres, madres y cuidadores participantes, con el fin de identificar conocimientos previos relacionados con alimentación saludable, hábitos alimentarios y prevención del sobrepeso infantil. Posteriormente se desarrolló el primer taller, enfocado en la promoción de una alimentación equilibrada durante la infancia. Se abordaron temas relacionados con los grupos de alimentos, la importancia de una dieta balanceada, el adecuado consumo de frutas, verduras y agua, así como la reducción del consumo de productos ultraprocesados, bebidas azucaradas y alimentos con alto contenido de grasas y azúcares. La actividad permitió sensibilizar a los cuidadores sobre su papel en la formación de hábitos alimentarios saludables desde edades tempranas.
ACTIVIDAD 4. Taller 2: Etiquetado Nutricional	Se desarrolló un espacio educativo orientado a fortalecer las capacidades de los participantes para interpretar adecuadamente la información contenida en las etiquetas nutricionales de los alimentos. Durante la actividad se explicaron conceptos relacionados con el tamaño de porción, contenido calórico, grasas, azúcares, sodio,

	proteínas y sellos de advertencia nutricional. A través de ejercicios prácticos y análisis de empaques de productos de consumo frecuente, los participantes aprendieron a identificar información relevante para la toma de decisiones de compra más saludables, favoreciendo la selección de alimentos que contribuyan al bienestar y adecuado desarrollo de los niños.
ACTIVIDAD 5. Taller 3: Publicidad Engañosa	Se realizó un taller enfocado en el reconocimiento de las estrategias de marketing utilizadas en la publicidad de alimentos dirigidos a la población infantil. Durante la actividad se abordaron conceptos relacionados con la publicidad engañosa, la influencia de los medios de comunicación en las decisiones de compra y el impacto de los alimentos ultraprocesados sobre la salud infantil. Mediante el análisis de empaques, imágenes publicitarias y ejemplos cotidianos, los participantes fortalecieron habilidades para identificar mensajes engañosos y desarrollar una lectura crítica frente a la información comercial, favoreciendo decisiones de compra más conscientes y responsables.
ACTIVIDAD 6. Taller 4: Apetito, Hambre y Saciedad en Niños	Se desarrolló un espacio educativo orientado al fortalecimiento de conocimientos sobre las señales fisiológicas relacionadas con el hambre, el apetito y la saciedad en la infancia. Durante la actividad se promovió la reflexión sobre prácticas de alimentación inadecuadas presentes en el entorno familiar, tales como obligar a los niños a terminar los alimentos, utilizar la comida como premio o castigo y desconocer las señales de saciedad. Asimismo, se brindaron herramientas para fomentar una alimentación respetuosa, consciente y acorde con las

	necesidades individuales de los niños, contribuyendo a la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil.
ACTIVIDAD 7. Taller 5: Consecuencias físicas, mentales y emocionales del sobrepeso y la obesidad	Se realizó un taller educativo enfocado en sensibilizar a los padres, madres y cuidadores sobre las repercusiones que el sobrepeso y la obesidad pueden generar en la salud integral de los niños. Se abordaron aspectos relacionados con enfermedades crónicas no transmisibles, dificultades en el desarrollo físico, afectaciones emocionales, problemas de autoestima, discriminación y consecuencias psicosociales asociadas al exceso de peso. A través de ejemplos prácticos y espacios de reflexión se promovió la importancia de implementar hábitos saludables en el hogar como estrategia de prevención y protección de la salud infantil.
ACTIVIDAD 8. Taller 6: Aplicación de Tamizaje e intervención (Escala Salud Mental y Peso) y aplicación de Pos-Test	Como parte del cierre de la estrategia se aplicó la Escala de Salud Mental y Peso con el propósito de identificar posibles factores de riesgo relacionados con el bienestar emocional y las condiciones asociadas al exceso de peso en los niños. Asimismo, se realizó la aplicación del post test dirigido a los padres y cuidadores, permitiendo evaluar los conocimientos adquiridos durante el proceso educativo y comparar los resultados con la línea base obtenida mediante el pretest. Esta actividad permitió evidenciar los aprendizajes alcanzados y valorar el impacto de la estrategia sobre los conocimientos de los participantes.
Retos, limitaciones y dificultades en la ejecución de la actividad (incluya al menos tres)	Se recomienda fortalecer las estrategias de convocatoria mediante llamadas telefónicas, recordatorios previos, mensajes de seguimiento y concertación de horarios que respondan a las necesidades de las familias. Asimismo, es importante promover el compromiso de los participantes desde el inicio de la estrategia, resaltando

Durante la ejecución de la estrategia se evidenciaron dificultades relacionadas con la asistencia continua de algunos padres, madres y cuidadores a la totalidad de los encuentros programados. Esta situación estuvo asociada principalmente a compromisos laborales, responsabilidades familiares, limitaciones de tiempo y dificultades para coincidir con los horarios establecidos para las actividades. Lo anterior representó un reto para garantizar la participación permanente de todos los integrantes del grupo y la continuidad del proceso educativo.	la importancia de la asistencia continua para alcanzar los objetivos propuestos.
Se identificó que algunos participantes	Se recomienda continuar implementando metodologías educativas participativas apoyadas en ejemplos prácticos, material visual, actividades experienciales y lenguaje sencillo, que faciliten la comprensión de los

presentaban conocimientos limitados sobre temas relacionados con alimentación saludable, lectura e interpretación del etiquetado nutricional, publicidad engañosa y reconocimiento de factores de riesgo asociados al sobrepeso y la obesidad infantil. Esta situación requirió un mayor acompañamiento por parte del profesional, así como la adaptación constante de los contenidos para garantizar su comprensión y apropiación.	contenidos y permitan fortalecer progresivamente los conocimientos de los padres y cuidadores sobre nutrición infantil y estilos de vida saludables.
Durante los espacios de diálogo se evidenció la presencia de prácticas alimentarias inadecuadas y creencias culturales arraigadas relacionadas con la alimentación infantil, tales como asociar el	Se recomienda fortalecer los procesos de educación y sensibilización dirigidos a las familias, promoviendo espacios permanentes de reflexión sobre la importancia de los hábitos saludables desde la infancia. Asimismo, es fundamental fomentar cambios graduales y sostenibles que permitan modificar comportamientos alimentarios sin generar resistencia por parte de los cuidadores o los niños.

exceso de peso con buena salud, insistir en el consumo excesivo de alimentos o utilizar algunos productos alimenticios como premio o castigo. Estas prácticas pueden dificultar la adopción de hábitos saludables y la implementación de cambios dentro del entorno familiar.	
La influencia constante de la publicidad de alimentos ultraprocesados, el fácil acceso a productos con alto contenido de azúcar, grasas y sodio, así como las dinámicas de consumo presentes en el entorno familiar y social, constituyen factores externos que pueden afectar la adopción y mantenimiento de	Se recomienda fortalecer las competencias de los padres y cuidadores para la toma de decisiones informadas mediante actividades prácticas orientadas a la lectura de etiquetas nutricionales, el análisis crítico de la publicidad y la identificación de alternativas saludables disponibles en el entorno familiar y comunitario.

hábitos saludables en los niños.	
Fortalezas, oportunidades y ventajas en la ejecución de la actividad	**Propuesta para mantener y aprovecharlos en futuras oportunidades**
Se evidenció una actitud receptiva y una participación activa por parte de los padres, madres y cuidadores durante el desarrollo de las actividades, quienes mostraron interés en adquirir nuevos conocimientos relacionados con la alimentación saludable y el bienestar de los niños. Esta disposición favoreció el desarrollo de espacios de diálogo, intercambio de experiencias y construcción colectiva de aprendizajes.	Se recomienda continuar utilizando metodologías participativas, dinámicas y vivenciales que promuevan la interacción constante de los participantes y favorezcan la apropiación de conocimientos mediante el intercambio de experiencias y situaciones cotidianas.
La estrategia abordó temáticas	

de gran relevancia para la población participante, relacionadas directamente con las necesidades identificadas en los niños con sobrepeso, obesidad o riesgo de sobrepeso, permitiendo fortalecer factores protectores y promover prácticas saludables dentro del hogar.	Se recomienda dar continuidad a este tipo de intervenciones, fortaleciendo los procesos educativos y ampliando la cobertura hacia otras familias que presenten factores de riesgo relacionados con la malnutrición por exceso en la población infantil.

Informe general de la estrategia PIC

La estrategia **"Peso Saludable, Niños Felices"**, enmarcada en la línea de Seguridad Nutricional del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) 2026, fue desarrollada con el propósito de fortalecer los conocimientos, actitudes y prácticas de padres, madres y cuidadores frente a la prevención y el manejo de la malnutrición por exceso en niños y niñas entre los 2 y 8 años de edad. La intervención estuvo orientada a promover hábitos alimentarios saludables desde la infancia, reconociendo la importancia del entorno familiar en la formación de conductas que influyen directamente en el crecimiento, desarrollo y bienestar integral de la población infantil.

La estrategia se implementó con familias de niños identificados con sobrepeso, riesgo de sobrepeso u obesidad, priorizados a través de los registros del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN). Mediante un proceso educativo participativo se abordaron temáticas relacionadas con alimentación saludable, etiquetado nutricional, publicidad engañosa, reconocimiento de las señales de hambre, apetito y saciedad, así como las consecuencias físicas, mentales y emocionales asociadas al exceso de peso durante la infancia. De igual manera,

se aplicaron herramientas de evaluación y tamizaje que permitieron fortalecer el acompañamiento familiar y orientar acciones de intervención de acuerdo con las necesidades identificadas en la población participante.

Metodología de Intervención

La estrategia se desarrolló bajo un enfoque de educación para la salud, participativo, reflexivo y experiencial, orientado al fortalecimiento de capacidades familiares para la adopción de hábitos alimentarios saludables y la prevención de la malnutrición por exceso en la población infantil. La intervención estuvo dirigida principalmente a padres, madres y cuidadores, teniendo en cuenta que son los principales responsables de la selección de alimentos, la organización de rutinas alimentarias y la promoción de estilos de vida saludables en los niños.

El proceso inició con la identificación y priorización de la población objetivo mediante la revisión de los registros SISVAN, seguida de la concertación con las familias seleccionadas y la socialización de la estrategia. Posteriormente se desarrollaron talleres educativos grupales, utilizando metodologías activas que promovieron la participación, el intercambio de experiencias, el análisis de situaciones cotidianas y la construcción colectiva de conocimientos.

Las actividades fueron desarrolladas mediante exposiciones dialogadas, preguntas orientadoras, análisis de casos, ejercicios prácticos, reflexión grupal y actividades participativas apoyadas en material educativo, permitiendo que los participantes relacionaran los contenidos abordados con las situaciones presentes en su entorno familiar. Adicionalmente, se aplicaron herramientas diagnósticas y de evaluación que facilitaron la identificación de conocimientos previos, la valoración de riesgos y la medición de los aprendizajes adquiridos durante el proceso educativo

Caracterización de la población

Para la ejecución de la estrategia se realizó inicialmente la revisión de las bases de datos del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN), identificando un total de **20 niños y niñas entre los 2 y 8 años de edad** con diagnóstico de sobrepeso, obesidad o riesgo de sobrepeso, pertenecientes a instituciones educativas, modalidad familiar y Centro de Desarrollo Infantil (CDI) del municipio.

A partir de esta identificación se realizó el proceso de priorización de los casos con mayor necesidad de intervención, seleccionando un grupo de **10 niños y niñas** que cumplían con los criterios establecidos por la estrategia. Debido a que el componente educativo estaba orientado al fortalecimiento de las capacidades familiares, la participación directa en los talleres estuvo conformada por **10 madres de familia**, quienes actuaron como principales cuidadoras y responsables de la alimentación de los menores priorizados.

La población intervenida correspondió a familias con niños que presentaban malnutrición por exceso o riesgo de desarrollarla, condición que puede incrementar la probabilidad de presentar alteraciones metabólicas, enfermedades crónicas no transmisibles y afectaciones en el bienestar físico y emocional durante la infancia y etapas posteriores de la vida. Por esta razón, la estrategia centró sus acciones en el fortalecimiento de conocimientos y prácticas familiares relacionadas con la alimentación saludable, la promoción de estilos de vida activos y la prevención de factores de riesgo asociados al exceso de peso.

Desarrollo metodológico y herramientas aplicadas

El desarrollo de la estrategia se estructuró en diferentes momentos metodológicos que permitieron abordar de manera progresiva las temáticas relacionadas con la seguridad nutricional y la prevención de la malnutrición por exceso.

Inicialmente se realizó la búsqueda activa y priorización de la población objeto de intervención mediante la revisión de las bases de datos SISVAN, seguida de la concertación con padres, madres y cuidadores para la socialización de la estrategia y la organización del cronograma de trabajo.

Antes de iniciar el componente educativo se aplicó un **pretest**, con el propósito de identificar los conocimientos previos de los participantes sobre alimentación saludable, hábitos alimentarios y prevención del sobrepeso infantil. Posteriormente se desarrolló una secuencia de seis talleres educativos orientados al fortalecimiento de capacidades familiares para la promoción de hábitos saludables.

Los temas abordados incluyeron alimentación saludable, interpretación del etiquetado nutricional, identificación de publicidad engañosa relacionada con alimentos, reconocimiento de señales de hambre, apetito y saciedad, y consecuencias físicas, mentales y emocionales del sobrepeso y la obesidad

infantil. Para el desarrollo de estos contenidos se utilizaron herramientas pedagógicas como exposiciones dialogadas, presentaciones en diapositivas, análisis de empaques de alimentos, ejercicios prácticos de lectura de etiquetas, reflexión grupal, análisis de situaciones cotidianas y espacios de preguntas e intercambio de experiencias.

Como parte del cierre de la estrategia se realizó la aplicación de la **Escala de Salud Mental y Peso**, herramienta que permitió identificar posibles factores de riesgo relacionados con el bienestar emocional y las condiciones asociadas al exceso de peso en la infancia. Asimismo, se aplicó un **post test** con el fin de evaluar los conocimientos adquiridos por los participantes durante el proceso educativo y comparar los resultados obtenidos con la línea base establecida al inicio de la intervención.

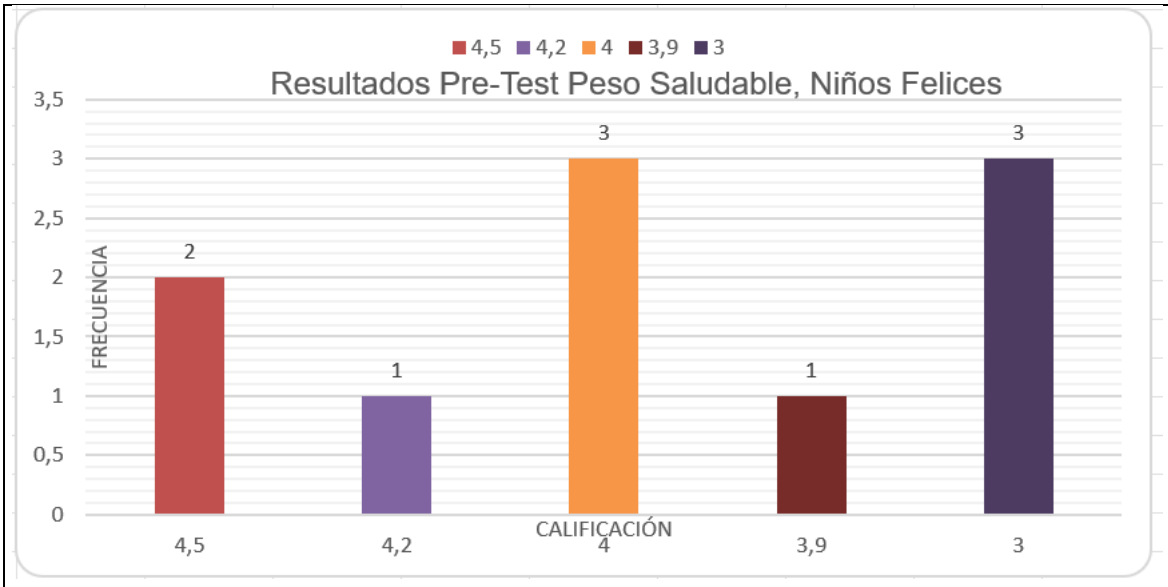
Finalmente, se efectuó la valoración de los hallazgos obtenidos mediante el tamizaje y, de acuerdo con los riesgos identificados, se realizaron procesos de orientación y canalización efectiva a los servicios de salud correspondientes, garantizando el acceso oportuno a la atención requerida y fortaleciendo el seguimiento integral de los niños y sus familias.

- **Encuestas diagnósticas iniciales y post-test:** utilizadas para evaluar los niveles de conocimiento antes y después de las intervenciones.

Resultados de las herramientas de diagnóstico y tamización

Calificación	Frecuencia Pre-Test	Porcentaje Pre-Test (%)	Frecuencia Pos-Test	Porcentaje Pos-Test (%)
5	0	0	10	100
4,5	2	20	0	0
4,2	1	10	0	0
4	3	30	0	0
3,9	1	10	0	0
3	3	30	0	0
Total	10	100	10	100

Gráficas 1 PRE TEST



- **Análisis PRE-TEST**

La gráfica de resultados del Pre-Test evidencia que las madres participantes contaban con conocimientos previos moderados sobre los temas relacionados con alimentación saludable, hábitos alimentarios y prevención del sobrepeso infantil antes del inicio de la estrategia. Se observa que las calificaciones obtenidas oscilaron entre **3,0 y 4,5**, lo que indica que, aunque existían conocimientos básicos sobre la temática, aún se identificaban aspectos susceptibles de fortalecimiento mediante el proceso educativo.

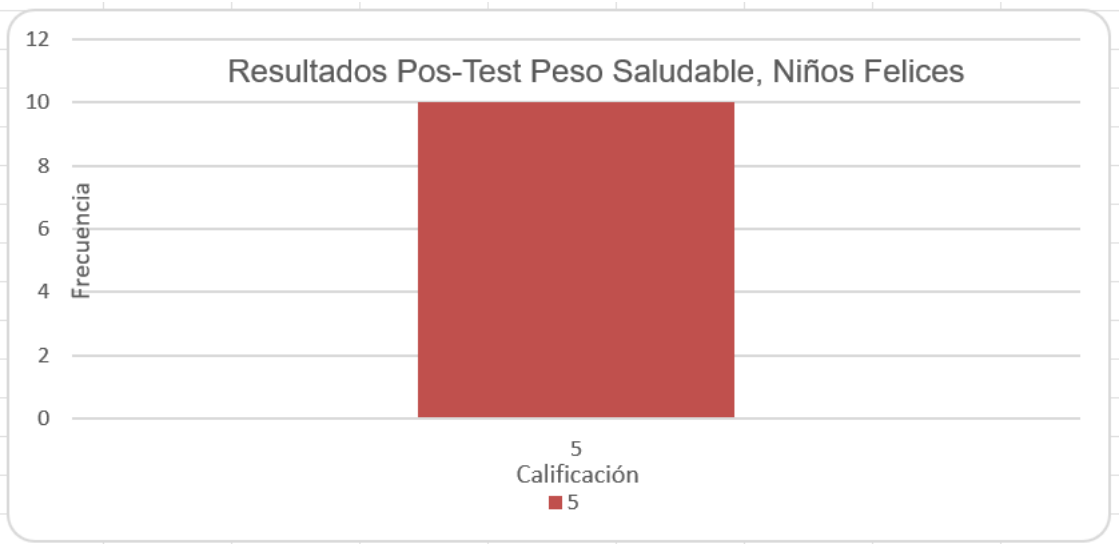
Los resultados muestran que el **30% de las participantes (3 madres)** obtuvo una calificación de **4,0**, mientras que otro **30% (3 madres)** alcanzó una calificación de **3,0**, siendo estas las puntuaciones con mayor frecuencia dentro del grupo. Asimismo, el **20% (2 madres)** obtuvo una calificación de **4,5**, evidenciando un nivel de conocimiento más alto sobre los temas evaluados. Por su parte, una participante obtuvo una calificación de **4,2 (10%)** y una calificación de **3,9 (10%)**, reflejando conocimientos intermedios.

En términos generales, los resultados del Pre-Test permitieron identificar que las participantes poseían nociones básicas relacionadas con la alimentación infantil y

los hábitos saludables; sin embargo, persistían vacíos de conocimiento frente a aspectos específicos como la interpretación del etiquetado nutricional, la identificación de publicidad engañosa, el reconocimiento de señales de hambre y saciedad y las consecuencias del sobrepeso y la obesidad en la infancia.

Estos hallazgos justificaron el desarrollo de las actividades educativas programadas dentro de la estrategia, orientadas a fortalecer los conocimientos de las madres y cuidadoras, promover cambios positivos en las prácticas alimentarias familiares y favorecer la adopción de estilos de vida saludables que contribuyan al adecuado crecimiento y desarrollo de los niños y niñas participantes.

Gráfica 2 Pos test



Análisis POS-TEST

La gráfica de resultados del Pos-Test evidencia un impacto altamente positivo de la estrategia **"Peso Saludable, Niños Felices"** en los conocimientos de las madres y cuidadoras participantes. Se observa que el **100% de las participantes (10 madres)** obtuvo una calificación de **5,0**, alcanzando el puntaje máximo establecido en la evaluación final.

Estos resultados reflejan una apropiación satisfactoria de los conocimientos relacionados con alimentación saludable, etiquetado nutricional, identificación de publicidad engañosa, reconocimiento de las señales de hambre, apetito y saciedad, así como de las consecuencias físicas, mentales y emocionales asociadas al sobrepeso y la obesidad infantil. Asimismo, evidencian el fortalecimiento de capacidades para la toma de decisiones informadas frente a la alimentación y el cuidado nutricional de los niños.

Al comparar los resultados obtenidos en el Pos-Test con los registrados en el Pre-Test, se observa una mejora significativa en el nivel de conocimientos de las participantes, pasando de calificaciones que oscilaban entre 3,0 y 4,5 a una calificación máxima en la totalidad del grupo intervenido. Esto demuestra la efectividad de las metodologías educativas implementadas durante la estrategia y la adecuada comprensión de los contenidos desarrollados en cada uno de los talleres.

En términos generales, los resultados permiten concluir que la estrategia cumplió satisfactoriamente sus objetivos educativos, contribuyendo al fortalecimiento de conocimientos y habilidades en las familias para la promoción de hábitos alimentarios saludables y la prevención de la malnutrición por exceso en la población infantil. Estos hallazgos resaltan la importancia de continuar desarrollando procesos de educación nutricional dirigidos a padres y cuidadores como actores fundamentales en la construcción de estilos de vida saludables desde la infancia.

Aspectos a mejorar

Aunque los resultados obtenidos fueron satisfactorios, se identificó la necesidad de continuar fortaleciendo los procesos de educación nutricional en las familias, especialmente en temas relacionados con la lectura e interpretación de etiquetas nutricionales y la identificación de estrategias de publicidad que pueden influir en las decisiones de compra.

Asimismo, es importante promover un mayor seguimiento a la implementación de los hábitos saludables en el hogar, con el fin de favorecer la sostenibilidad de los cambios adquiridos durante la estrategia y fortalecer la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil a largo plazo.

Conclusiones

La estrategia **"Peso Saludable, Niños Felices"** permitió fortalecer los conocimientos de las madres y cuidadoras sobre alimentación saludable, hábitos alimentarios, etiquetado nutricional y prevención de la malnutrición por exceso, favoreciendo la adquisición de herramientas para el cuidado nutricional de los niños y niñas.

Los resultados del Pos-Test evidenciaron un impacto positivo de las actividades desarrolladas, alcanzando que el 100% de las participantes obtuviera una calificación máxima, lo que demuestra el cumplimiento de los objetivos educativos propuestos y la efectividad de las metodologías implementadas.

La participación activa de las familias durante el proceso contribuyó al fortalecimiento de factores protectores relacionados con la alimentación saludable y la promoción de estilos de vida que favorecen el crecimiento y desarrollo integral de la población infantil.

Recomendaciones

Se recomienda continuar desarrollando estrategias educativas dirigidas a padres, madres y cuidadores, fortaleciendo conocimientos relacionados con nutrición infantil, estilos de vida saludables y prevención de la malnutrición por exceso desde edades tempranas.

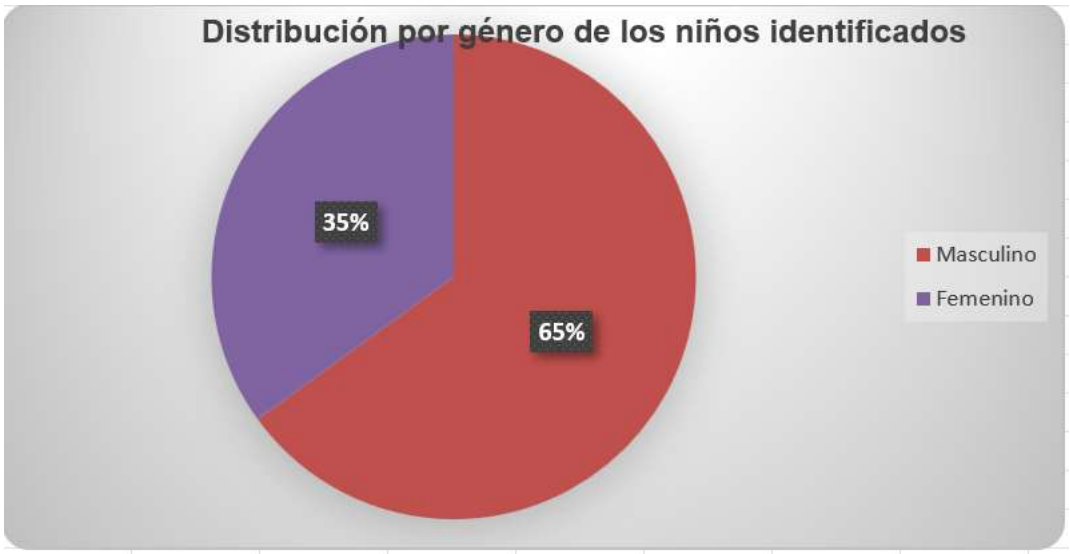
Es importante promover espacios de seguimiento que permitan acompañar a las familias en la implementación de hábitos saludables dentro del hogar y reforzar los conocimientos adquiridos durante el proceso educativo.

De igual manera, se recomienda fortalecer la articulación entre los servicios de salud, las instituciones educativas y los entornos comunitarios para favorecer acciones integrales que contribuyan a la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil y al mejoramiento de la calidad de vida de los niños y sus familias.

Información complementaria y análisis visual

A continuación, se presentan tres **gráficos ilustrativos** de los resultados generales obtenidos:

Gráfico 1. Género



NIÑOS	NIÑAS
13	7
TOTAL	20

La gráfica de distribución por género evidencia que la población identificada para la estrategia **"Peso Saludable, Niños Felices"** estuvo conformada por un total de **20 niños y niñas** con diagnóstico de sobrepeso, obesidad o riesgo de sobrepeso. Del total de la población priorizada, **13 participantes corresponden al sexo masculino (65%)** y **7 participantes al sexo femenino (35%)**.

Los resultados muestran un predominio del sexo masculino dentro de la población intervenida, lo que indica que la mayor proporción de niños identificados con malnutrición por exceso en las bases de datos revisadas correspondió a este grupo. Esta información permitió orientar las acciones de promoción de hábitos saludables y prevención del sobrepeso hacia una población que presentaba una mayor representación dentro de los casos priorizados.

La participación de ambos sexos favoreció el desarrollo de acciones educativas dirigidas a las familias, permitiendo abordar de manera integral factores relacionados con la alimentación, los estilos de vida y el cuidado nutricional durante la infancia. Asimismo, facilitó la identificación de necesidades comunes en los niños y niñas participantes, independientemente de su género.

En términos generales, la caracterización por género permitió conocer la composición de la población beneficiaria de la estrategia y orientar las actividades de educación y seguimiento hacia la prevención de la malnutrición por exceso, contribuyendo al fortalecimiento de hábitos saludables y al bienestar integral de los niños y niñas identificados.

Gráfico 2.



La gráfica de distribución por grupos de edad evidencia que las madres participantes en la estrategia **"Peso Saludable, Niños Felices"** se encuentran distribuidas de manera equitativa entre dos rangos etarios. Del total de participantes, el **50% (5 madres)** se ubicó en el grupo de **18 a 28 años**, mientras que el **50% (5 madres)** restante correspondió al grupo de **29 a 59 años**.

Estos resultados muestran que la estrategia contó con la participación tanto de madres jóvenes como de madres adultas, permitiendo la integración de diferentes

experiencias, conocimientos y prácticas relacionadas con la alimentación y el cuidado de los niños. Esta diversidad favoreció el intercambio de experiencias durante los talleres y enriqueció los espacios de aprendizaje y reflexión desarrollados en el marco de la estrategia.

La participación equilibrada entre ambos grupos de edad permitió abordar las temáticas desde diferentes perspectivas, identificando necesidades comunes relacionadas con la alimentación infantil, los hábitos saludables y la prevención del sobrepeso y la obesidad. Asimismo, evidenció que la responsabilidad del cuidado y la alimentación de los niños recae en cuidadores de distintas edades, lo que resalta la importancia de fortalecer conocimientos en todos los grupos poblacionales.

En términos generales, la distribución observada favoreció el desarrollo de procesos educativos inclusivos y participativos, permitiendo que los mensajes de promoción de la salud y prevención de la malnutrición por exceso llegaran a familias con diferentes características y contextos, fortaleciendo así el impacto de la estrategia en la comunidad.

Resultados de proceso			
Población beneficiada			
No. de personas de 2 a 11 años - infancia	20	No. de personas de 12 a 17 años – adolescencia	20
No. de personas de 29 a 59 años - adultez	5	No. de personas mayores de 60 años - vejez	0

No. de mujeres en edad fértil	10	No. de personas indígenas	0
No. de personas en, de y en riesgo de calle	0	No. de personas víctimas	0
No. de personas que viven en rural disperso	0	No. de personas con discapacidad	0
No. de personas afiliados al régimen contributivo	4	No. de personas afiliados al régimen subsidiado	6
No. De mujeres gestantes	0	No. Trabajadoras sexuales	0
No. Personas LGTBIQ+	0	No. Personas migrantes	0
No. Trabajadores informales	0		

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

La estrategia **"Peso Saludable, Niños Felices"** permitió fortalecer los conocimientos de las madres y cuidadoras sobre alimentación saludable, etiquetado nutricional, publicidad engañosa, señales de hambre y saciedad, así como sobre las

consecuencias asociadas al sobrepeso y la obesidad infantil. Las actividades desarrolladas favorecieron la comprensión de conceptos fundamentales para la promoción de hábitos saludables y la prevención de la malnutrición por exceso en la población infantil.

Los resultados obtenidos evidenciaron un impacto positivo de la intervención, reflejado en el mejoramiento de los conocimientos de las participantes y en una mayor sensibilización frente a la importancia de adoptar prácticas alimentarias saludables dentro del hogar. Asimismo, la aplicación de herramientas de evaluación y tamizaje permitió identificar factores de riesgo y orientar acciones oportunas de seguimiento y atención cuando fue necesario.

Recomendaciones

Se recomienda dar continuidad a los procesos de educación nutricional dirigidos a padres, madres y cuidadores, fortaleciendo temas relacionados con la alimentación saludable, la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil, y la promoción de estilos de vida saludables desde la primera infancia. Estas acciones contribuyen al fortalecimiento de factores protectores y al bienestar integral de los niños y niñas.

Asimismo, se recomienda fortalecer la articulación entre los servicios de salud, las instituciones educativas, los Centros de Desarrollo Infantil y las familias, con el fin de promover acciones integrales que favorezcan la adopción y mantenimiento de hábitos saludables. De igual manera, es importante continuar realizando procesos de seguimiento a la población identificada con riesgo nutricional, garantizando intervenciones oportunas y sostenibles en el tiempo.

INDICADORES

No	LINEA	ESTRATEGIA	NOMBRE INDICADOR	RESULTADO	NUMERADOR	DENOMINADOR	META	UNIDAD DE MEDIDA	MARZO	ABRIL	MAYO
17	Seguridad alimentaria y nutricional	Peso saludable, Niños felices	Proporción de padres/cuidadores participantes en la estrategia	PROCESO	Número de padres/cuidadores que asisten a las sesiones	Total de padres/cuidadores de niños con riesgo de sobrepeso u obesidad	100%	Porcentaje	100%		
17	Seguridad alimentaria y nutricional	Peso saludable, Niños felices	Proporción de padres/cuidadores con calificación ≥70% en evaluación de conocimientos en alimentación saludable	RESULTADO INTERMEDIO	Número de padres/cuidadores con calificación ≥70%	Total de padres/cuidadores que presentan evaluación	100%	Porcentaje			100%
17	Seguridad alimentaria y nutricional	Peso saludable, Niños felices	Proporción de niños/as con riesgo identificado que acceden efectivamente a servicios de salud	RESULTADO	Número de niños/as con riesgo que reciben atención en salud	Total de niños/as con riesgo identificado	100%	Porcentaje			100%

INDICADOR 1. Proporción de padres/cuidadores participantes en la estrategia

Fórmula del indicador:

Número de padres/cuidadores que asisten a las sesiones **÷** Total de padres/cuidadores de niños con riesgo de sobrepeso u obesidad **× 100**

Aplicación de la fórmula:

10 ÷ 10 × 100 = 100%

Resultado obtenido: 100%

Meta: 100%

Cumplimiento: Cumple

Análisis cuantitativo

Durante la ejecución de la estrategia **“Peso Saludable, Niños Felices”**, se contó con la participación de **10 padres y/o cuidadores**, correspondientes a los niños

priorizados con riesgo de sobrepeso, sobrepeso u obesidad identificados mediante la revisión de los registros. Considerando que la población objetivo estaba conformada por 10 cuidadores, se obtuvo una participación del **100%**, alcanzando la totalidad de la población programada para la intervención y cumpliendo completamente la meta establecida para el indicador.

Análisis cualitativo

El resultado obtenido evidencia una adecuada aceptación y compromiso por parte de las familias participantes frente a las actividades desarrolladas en el marco de la estrategia. La asistencia de la totalidad de los cuidadores permitió garantizar el desarrollo de los procesos educativos orientados al fortalecimiento de conocimientos sobre alimentación saludable, hábitos alimentarios y prevención de la malnutrición por exceso. Asimismo, este nivel de participación favoreció el intercambio de experiencias, la apropiación de los contenidos abordados y la generación de compromisos familiares encaminados a promover estilos de vida saludables en los niños y niñas intervenidos.

INDICADOR 2. Proporción de padres/cuidadores con calificación ≥ 70% en evaluación de conocimientos en alimentación saludable

Fórmula del indicador:

Número de padres/cuidadores con calificación **≥ 70% ÷** Total de padres/cuidadores que presentan evaluación × 100

Aplicación de la fórmula:

10 ÷ 10 × 100 = 100%

Resultado obtenido: 100%

Meta: 100%

Cumplimiento: Cumple

Análisis cuantitativo

Al finalizar la estrategia se aplicó la evaluación de conocimientos a los **10 padres y/o cuidadores participantes**, encontrándose que la totalidad obtuvo una calificación igual o superior al 70% establecido para el indicador. En consecuencia, se alcanzó un resultado del **100%**, lo que evidencia que todos los participantes lograron adquirir los conocimientos mínimos esperados sobre alimentación saludable, prevención del sobrepeso y la obesidad infantil, cumpliendo plenamente la meta programada.

Análisis cualitativo

Los resultados obtenidos reflejan la efectividad de las actividades educativas desarrolladas durante la estrategia, así como el interés y compromiso de los padres y cuidadores frente al proceso de aprendizaje. Las metodologías participativas implementadas facilitaron la comprensión de temas relacionados con alimentación saludable, etiquetado nutricional, publicidad engañosa, señales de hambre y saciedad, permitiendo que los participantes fortalecieran sus conocimientos y adquirieran herramientas para promover hábitos saludables en el entorno familiar. Este resultado evidencia además una adecuada apropiación de los contenidos abordados y una mayor capacidad para tomar decisiones informadas relacionadas con la alimentación y el cuidado nutricional de los niños y niñas.

INDICADOR 3. Proporción de niños/as con riesgo identificado que acceden efectivamente a servicios de salud

Fórmula del indicador:

Número de niños/as con riesgo que reciben atención en salud ÷ Total de niños/as con riesgo identificado × 100

Aplicación de la fórmula:

10 ÷ 10 × 100 = 100%

Resultado obtenido: 100%

Meta: 100%

Cumplimiento: Cumple

Análisis cuantitativo

Durante el desarrollo de la estrategia se realizó la identificación y valoración de los niños y niñas priorizados con riesgo de sobrepeso, sobrepeso u obesidad. Posteriormente, de acuerdo con los hallazgos obtenidos mediante el tamizaje y seguimiento realizado, se efectuaron las orientaciones y canalizaciones correspondientes, logrando que los **10 niños identificados con riesgo accedieran efectivamente a los servicios de salud requeridos**. Como resultado, se obtuvo un cumplimiento del **100%**, alcanzando la totalidad de la población que requería atención y cumpliendo la meta establecida para este indicador.

Análisis cualitativo

El resultado alcanzado evidencia una adecuada gestión del proceso de seguimiento y canalización desarrollado durante la estrategia, garantizando que los niños y niñas identificados con factores de riesgo recibieran la atención correspondiente dentro de los servicios de salud. Este proceso permitió fortalecer la detección temprana de situaciones relacionadas con la malnutrición por exceso y favorecer el acceso oportuno a acciones de valoración, orientación y acompañamiento profesional.

Asimismo, la articulación entre las familias, los servicios de salud y los profesionales responsables de la estrategia favoreció la adherencia a las recomendaciones brindadas y el acceso efectivo a las rutas de atención establecidas. Lo anterior contribuye al fortalecimiento de las acciones de promoción de la salud, prevención de la enfermedad y seguimiento integral de la población infantil priorizada, favoreciendo el bienestar y la calidad de vida de los niños y niñas participantes.

REGISTRO FOTOGRÁFICO:









Firmas

Dayana García Restrepo
Enfermera PIC

Maryuri Andrea Zapata
Psicóloga PIC

Claudia Liliana Cortes Parra
Coordinadora PIC

Natalia Patiño Cardona
Gerente