	MUNICIPIO DE IQUIRA DIRECCION LOCAL DE SALUD	E.S.E. Hospital María Auxiliadora de íQuira "Íquira se transforma en salud con calidad y humanización" PIC

PROGRAMA:	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)**		
NOMBRE FUNCIONARIO	ANDREA DEL PILAR LEGUIZAMO PASTRANA		
PROGRAMA	SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL	**N. ACT.**	**04**
OBEJTIVO	Realizar actividades educativas dirigidas a padres, madres y cuidadores de niños y niñas reportados con desnutrición y/o bajo peso al nacer en las zonas urbana del municipio, orientadas al fortalecimiento de conocimientos y prácticas relacionadas con la alimentación adecuada, la nutrición infantil, el cuidado integral y el fortalecimiento de los vínculos familiares, con el fin de prevenir la malnutrición, promover el crecimiento y desarrollo saludable, y mejorar las condiciones de bienestar de la primera infancia.		
COMPONENTE	Consumo y aprovechamiento bilógico.		

Ámbito Territorial (Res 3202/16)			**Entornos (Res 3202/16)**				
URBANO	**RURAL**	**RURAL DISPERSO**	**HOGAR**	**EDUCATIVO**	**LABORAL**	**INSTITUCIONAL**	**COMUNITARIO**
X							**X**

POBLACIÓN SUJETO	Familia de menores reportados con desnutrición

Momentos del Curso de Vida (resolución 3202 de 2016)					
PRIMERA INFANCIA (8 días a 5 años 11 meses 29 días)	**INFANCIA (6 a 11 años 11 meses 29 días)**	**ADOLESCENCIA (12 a 17 años 11 mese 29 días)**	**JUVENTUD (18 a 28 años 11 meses 29 días)**	**ADULTEZ (29 a 59 años 11 meses 29 días)**	**VEJEZ (60 años y más)**
			7	**7**	**1**

LUGAR	CLUB CIVICO

FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINAL**	**DURACIÓN**
27/07/26	09:00 am	10:00 am	1hora.

I. ACTIVIDAD/OBJETO:

Realizar actividades educativas dirigidas a padres, madres y cuidadores de niños y niñas reportados con desnutrición y/o bajo peso al nacer en las zonas urbana del municipio, orientadas al fortalecimiento de conocimientos y prácticas relacionadas con la alimentación adecuada, la nutrición infantil, el cuidado integral y el fortalecimiento de los vínculos familiares, con el fin de prevenir la malnutrición, promover el crecimiento y desarrollo saludable, y mejorar las condiciones de bienestar de la primera infancia.

II. **POBLACIÓN OBJETO**: Familias de menores reportados con desnutrición

III. **METOGOLOGÍA:**

Para llevar a cabo las actividades educativas dirigidas a padres, madres y cuidadores de niños y niñas reportados con desnutrición y/o bajo peso al nacer en la zona urbana del municipio, se trabajará desde una metodología cercana, participativa y práctica.

Más que impartir información, se busca generar espacios de diálogo y aprendizaje donde las familias puedan compartir sus experiencias, resolver dudas y fortalecer sus conocimientos sobre alimentación adecuada, nutrición infantil y cuidado integral.

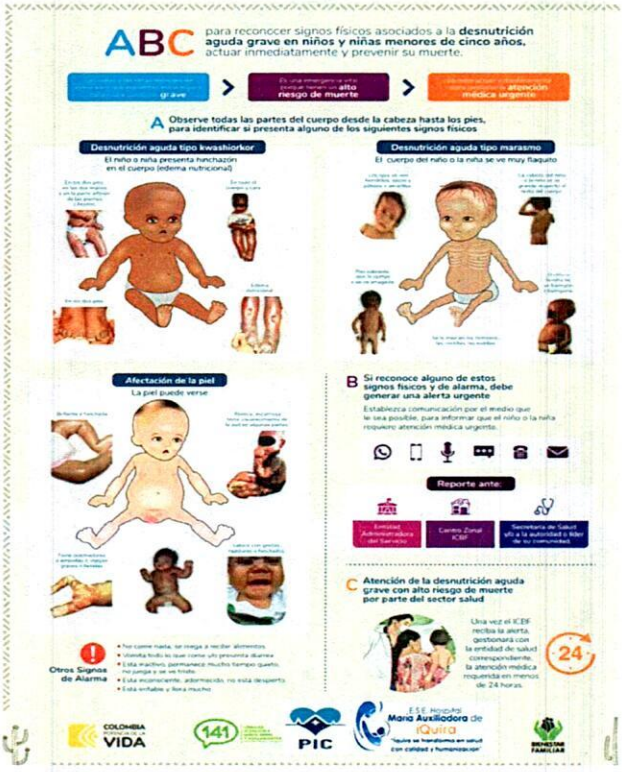
A través de actividades dinámicas, ejemplos cotidianos y ejercicios prácticos, se brindarán herramientas sencillas y aplicables en el hogar que contribuyan al crecimiento saludable de los niños y niñas. Asimismo, se promoverá el fortalecimiento de los vínculos afectivos y la corresponsabilidad familiar, reconociendo el papel fundamental que cumplen padres, madres y cuidadores en el bienestar y desarrollo de la primera infancia. De esta manera se logró sensibilizar a los asistentes mediante la socialización de folletos logrando un impacto significativo en cada uno de ellos fomentando la asistencia a los controles de PMS donde se logra identificar falencias en el crecimiento y desarrollo de los menores.

IV. **DESARROLLO:**

Siendo la 09:00am del día 27 de Julio, nos dirigimos a la población del municipio de íquira, con previa verificación en base de datos donde se evidencia registro de menores de edad en riesgo de desnutrición y con desnutrición global. Inicialmente nos presentamos como equipo PIC a la población concentrada en el club cívico con el fin de poder brindar educación acerca de un tema tan importante e indispensable como lo es la alimentación adecuada, los signos y síntomas de desnutrición en la gestación.

Se informa sobre la estadística de la desnutrición en el municipio de Ìquira, resaltando que, a pesar de los esfuerzos de los profesionales de la salud, aún se presentan casos de riesgo de desnutrición y desnutrición global por lo que se ha vuelto un tema de interés en salud pública.

Así mismo, les explicamos a los padres de familia por medio de folletos los signos y síntomas, en qué consiste la desnutrición y cómo pueden aportar desde sus casas aportando una buena alimentación a sus niños. Para ello, expusimos algunos puntos de acuerdo al folleto preparado el cual se muestra a continuación:



1) Mencionamos que la desnutrición es una condición que se produce cuando el cuerpo no recibe suficientes nutrientes, afectando gravemente la salud, el crecimiento, la capacidad de aprendizaje y la resistencia a enfermedades.

   Este fenómeno puede causar la muerte en niños y niñas menores de 5 años. Por eso es importante, que exista un buen balance en la alimentación, que integre alimentos con un alto contenido de nutrientes, hierro, calcio, y energía.

2) La desnutrición puede ser causada por:

- Insuficiente ingesta de nutrientes provocado por una dieta desequilibrada o baja en nutrientes esenciales.
- Parto pre termino a causa de preeclampsia.
- Madre que no puede o no desea amamantar.

- Difícil acceso a los servicios de salud.
- Pobreza extrema
- No acceso al agua potable en área rural, saneamiento básico.
- Negligencia de los padres de familia.
- El desempleo.
- La baja escolaridad de los padres.
- El embarazo a temprana edad.
- El consumo de drogas.
- La desintegración familiar.
- Menor con alguna situación, enfermedad.

Todas esta son posibles causas que desencadenan que un menor que esta a cargo de sus padres de familia caiga en la desnutrición por situaciones que son mas de cuidado y precaución que deben de tener los padres de familia para el cuidado de los hijos.

3) Les precisamos a las madres del hogar algunos signos y síntomas de la desnutrición que se deben tener en cuenta para identificar esta enfermedad:

- La cabeza se ve grande en comparación con el resto del cuerpo
- El tono de cabello es amarilloso
- Tiene poco cabello o muy delgado y se cae fácilmente
- La cara hinchada, pálida
- Los ojos se ven hundidos
- La piel se ve seca, agrietada o con escamas, se siente áspera
- El abdomen o la barriga se ve grande, como abultada
- Se le marcan las costillas en el tórax o pecho
- Las plantas de las manos o los pies lucen pálidas
- Ambos brazos o piernas se ven muy delgados
- El niño/a ha perdido peso
- No tiene apetito
- No quiere comida o ceno
- Permanece acostado, sentado sin ánimo

Si identifican más de tres signos de riesgos o si en los últimos tres días el niño/a ha presentado diarrea, vómito o gripa, deben asistir al servicio de salud para que reciba atención oportuna.

4) Indicadores de desnutrición:

Para evaluar el estado nutricional de los niños menores de 5 años, se deben analizar de forma conjunta los indicadores de peso y talla, además de otros factores como son el estado de salud, desarrollo neurológico, los antecedentes de alimentación y los controles anteriores por lo cual, es fundamental el seguimiento periódico, de esta manera se recomienda llevar a lo menores a su control de rutina.

5) Como alimentar a su menor adecuadamente:

Ofrezca:

- **Lactancia materna:** Durante los primeros meses de vida aporta muchos beneficios tanto al niño como a la madre, es una fuente importante de energía y nutrientes. Entre ellos destaca la protección frente a las infecciones gastrointestinales.

  La lactancia materna puede realizarse hasta los primeros 24 (2 años) meses del bebe.

- **Alimentación Complementaria:** Alrededor de los seis meses, las necesidades de energía y nutrientes del lactante empiezan a ser superiores a lo que puede aportar la leche materna, por lo que se hace necesaria la introducción de una alimentación complementaria.

  A esa edad el niño también está suficientemente desarrollado para recibir otros alimentos. Si no se introducen alimentos complementarios alrededor de los seis meses o si son administrados de forma inadecuada, el crecimiento del niño puede verse afectado. Utilizar alimentos complementarios enriquecidos o suplementos de vitaminas y minerales si fuera necesario.

  Ofrezca alimentos ricos en nutrientes, como rellena, hígado, viseras de pollo, pescado, carnes en porciones adecuadas.

  Así mismo, se enfatiza en las siguientes recomendaciones clave con el fin de fortalecer las familias.

- **Lactancia Materna Continua:** Se recomienda seguir amamantando al niño o la niña las veces que lo desee, preferiblemente después de las comidas.
- **Integración en la Dieta Familiar:** A los 12 meses, la mayoría de los niños ya pueden consumir los mismos alimentos que el resto de la familia.

- **Variedad de Texturas:** Es importante ofrecer alimentos sólidos con texturas modificadas, como picados, molidos o en trozos pequeños, para estimular su desarrollo.
- **Cantidad Adecuada:** La porción de alimento por comida principal debe ser de 1 taza o plato (equivalente a 8 onzas).
- **Frecuencia de Comidas:** Se sugiere ofrecer al menos 3 comidas diarias, complementadas con 1 o 2 refrigerios, según el apetito del bebé.
- **Evitar Productos Procesados:** Es fundamental no ofrecer productos como los de paquete, bebidas azucaradas, embutidos y otros alimentos procesados.
- **No Añadir Ingredientes Extra:** Se desaconseja añadir sal, azúcar o condimentos a las preparaciones para el bebé.
- **Priorizar Comida Casera:** Siempre se debe preferir la preparación de alimentos en casa.
- **Inclusión de Proteínas de Origen Animal:** Diariamente, se debe incluir en las comidas una porción de alimentos de origen animal como carnes, vísceras, huevos y quesos frescos.

Estas pautas buscan asegurar una transición saludable hacia la dieta familiar y garantizar un adecuado aporte nutricional durante esta etapa crucial del desarrollo infantil.

Hervir el agua, con esto prevenimos diarreas en los menores, las cuales son las principales causas que los menores bajen de peso.

Finalmente, se recomienda a los padres de familia habitantes del barrio las colinas tener un cuidado especial en la alimentación de los niños y estar atentas a realizarles las revisiones periódicas en el centro de salud.

Actividad que finaliza a las 05:00 pm
Se anexa registro fotográfico y asistencia.

V. COMPROMISOS:

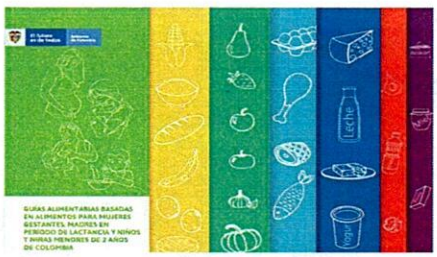
- Mantener la lactancia materna durante los primeros 2 años de vida.
- Asistir a los controles de primera infancia con los niños y niñas.
- Consumir alimentos nutritivos y saludables como las vísceras de pollo, hígado y alimentos de frutos rojos.
- Participar activamente en charlas o talleres sobre nutrición infantil y replicar la información en la comunidad.

VI. CONCLUSIONES:

La intervención realizada facilitó la socialización de conocimientos fundamentales en los padres del municipio de íquira, sobre la desnutrición infantil como una enfermedad prevenible, abordando sus causas, consecuencias y estrategias de intervención nutricional. Se logró fortalecer sus competencias en la identificación de factores de riesgo y en la implementación de prácticas alimentarias adecuadas, promoviendo la lactancia materna exclusiva y la introducción oportuna de alimentos naturales y balanceados, con el fin de contribuir al desarrollo saludable de la primera infancia.

VII. BIBLIOGRAFÍA:

- https://www.youtube.com/watch?v=sKt1KuuqN30
- https://www.unicef.es/causas/desnutricion-infantil
- https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition
- https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/SA/lineamiento-manejo-desnutricion-resolucion-2350.pdf
- https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding



	MUNICIPIO DE IQUIRA	E.S.E. Hospital María Auxiliadora de íQuira "Íquira se transforma en salud con calidad y humanización" PIC
	DIRECCION LOCAL DE SALUD	

REGISTRO FOTOGRÁFICO





Andrea Leguizamo Pastrana

ANDREA DEL PILAR LEGUIZAMO PASTRANA
ENFERMERA JEFE

Elaboró: Andrea Del Pilar Leguizamo Pastrana	Revisó: Yesica Mildred Piso Figueroa	Aprobó: Lina Paola Quintero Tengonó
Cargo: Enfermera Jefe	Cargo: Coordinadora PIC	Cargo: Apoyo a la supervisión

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS - PIC IQUIRA

REGISTRO DE ASISTENCIA

E.S.E. Hospital María Auxiliadora de iQuira "Iquira se transforma en salud con calidad y humanización" — PIC

Fecha: 27 / 07 / 2026	Lugar: CLUB CIVICO	Dimensión: Seguridad alimentaria y nutricional
Responsable: Andrea Leguizamo Pastrana	Cargo: Enfermero Profesional	Tema: Niños y niñas remitidas con DNT.

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	No. DE DOCUMENTO	EDAD	GENERO			POBLACION CON ENFOQUE DIFERENCIAL						ZONA		TELEFONO	EPS	FIRMA
				M	F	LGTBIQ+	POBREZA	VÍCTIMA	DISCAPACIDAD	REINTEGRACIÓ	ETNIA	AFRODESCEND	R	U			
1	Angie C. Yustres Pastrana	1084310413	26		X										3108173064	Nueva Eps	Angie C. Yustres P.
2	Darly Smith Motta P.	1003807382	24		X										3143351740	NUEVA EPS.	Darly Motta.
3	Gueldy Michell Ramos	1007490265	24		X										3125250316	NUEVA EPS	Gueldy Ramos
4	Dayana Lisseth Tello	1084922890	20		X										3224739441	Sanitas	Liseth Tello
5	Anyela castiblanco	1103124011	18		F										3203150922	nueva eps	Anyela castiblanco
6	Yuliza Fernanda Calderon	1084997234	24		X										3184692989	sanitas	Yuliza Calderon
7	Carolina Torres V.	26515881	48		X										3186616263	Nueva EPS	Carolina Torres
8	Maryory zuleta Brand	26515880	46		X										3204254418	Nueva EPS	Maryory Zuleta
9	Maria Ogde Pena	26515502	53		X										321 203 3376	Nueva Eps	M. Ogde Pena V.
10	Amparo Llanos	20957078	54		X										3125893947	N. EPS	Amparo Llanos
11	Yolana Orjuela Díaz	3202179928	34		X										3202179928	N. EPS	Yolana Díaz
12	Nirsuteadinero	1084866295	34		X										3183647940	N EPS.	Nirsuteadinero C.
13	Derly Dayana Pillimue Cabrera	1083929779	28		X										3209338926	Sanitas	Derly Pillimue C.
14	Martha Andrade de G	29356336	71		X										3135087561	N E P S	Martha Andrade
15	Maria Vargas Gomez	26515576	55		X										3204204953	EPS	Maria Vargas Gomez

Alimentación complementaria

Prepárale en casa

Alimentos **variados, frescos y naturales** y sigue amamantando hasta los 2 años o más.



Ofrécele un alimento nuevo.

Cada **2 a 4 días** según su tolerancia y acompáñalo de uno ya conocido.



Inicia con la **yema un día** y, si la tolera bien, ofrece el **huevo completo** al día siguiente.



6 a 8 meses

Incluye proteína

Añade a sus comidas **alimentos como** carnes, vísceras, huevos y queso.



Comidas espesas

Prepárale las comidas en **puré**, hasta que aparezca la habilidad de **masticar**.



Evita adicionar **sal, azúcar, ni condimentos** a las comidas.



Frecuencia de las comidas

Empieza con **2 comidas** y aumenta progresivamente hasta llegar a **3 comidas** a los **8 meses.**



Aumenta la cantidad gradualmente

Inicia con **4 a 6 cucharadas postreras** hasta llegar a **medio plato de comida** a los 8 meses.



Tomado de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos. Disponibles en: gabasmenor2anos_infografia_2018.pdf

E.S.E. Hospital María Auxiliadora de íQuira
"Íquira se transforma en salud con calidad y humanización"

Actividad 3	Actividades educativas a padres, madres y cuidadores de menores reportados con desnutrición.
Municipio	Íquira
Enfermero Responsable	Andrea Del Pilar Leguizamo Pastrana
Lugar	Club Cívico
Tiempo total de la actividad:	60 minutos
Objetivo:	Realizar actividades educativas dirigidas a padres, madres y cuidadores de niños y niñas reportados con desnutrición y/o bajo peso al nacer en las zonas urbana del municipio, orientadas al fortalecimiento de conocimientos y prácticas relacionadas con la alimentación adecuada, la nutrición infantil, el cuidado integral y el fortalecimiento de los vínculos familiares, con el fin de prevenir la malnutrición, promover el crecimiento y desarrollo saludable, y mejorar las condiciones de bienestar de la primera infancia.
actividad rompe hielo	**Tiempo:** 15 minutos **Descripción de la actividad:** "El plato de los recuerdos". Inicialmente cada uno de los participantes estará en su puesto Cada participante se presenta y menciona un recuerdo positivo asociado a la alimentación (ej: "Soy María y me gustaba la sopa de mi abuela porque me calentaba"). El facilitador conecta las respuestas con la importancia de una nutrición adecuada. Finalmente los asistentes además de compartir recuerdos se instruyen en alimentación saludable para su hogar.

Actividad central:	**Tiempo:** 30 minutos **Materiales:** Infografía. A través de información pasmada en infografías se educa en los signos y síntomas de alarma en la desnutrición infantil Realizando vigilancia en el hogar donde se pueden identificar signos como el cabello quebradizo, la palidez en palmas y ojos, la falta de apetito o si el niño se cansa demasiado rápido al jugar. Recordamos que asistir a los controles de Crecimiento y Desarrollo es la mejor forma de detectar problemas antes de que sean graves. Así mismo, se indica a los asistentes la importancia de combinar alimentos teniendo en cuenta que los alimentos que hacen parte del grupo "constructores" incluye: huevo, legumbres o carnes, los energéticos comprenden: arroz papa o yuca reguladores donde se encuentran las frutas y verduras, importante tener en cuenta higiene de manos y alimentos al momento de preparar. ¿Como alimentar a un menor adecuadamente? **Lactancia materna:** Durante los primeros meses de vida aporta muchos beneficios tanto al niño como a la madre, es una fuente importante de energía y nutrientes. Entre ellos destaca la protección frente a las infecciones gastrointestinales. La lactancia materna puede realizarse hasta los primeros 24 (2 años) meses del bebe. **Alimentación Complementaria:** Alrededor de los seis meses, las necesidades de energía y nutrientes del lactante empiezan a ser superiores a lo que puede aportar la leche materna, por lo que se hace necesaria la introducción de una alimentación complementaria. A esa edad el niño también está suficientemente desarrollado para recibir otros alimentos. Si no se introducen alimentos complementarios alrededor de los seis meses o si son administrados de forma inadecuada, el crecimiento del niño puede verse afectado. Utilizar alimentos

	complementarios enriquecidos o suplementos de vitaminas y minerales si fuera necesario. Ofrezca alimentos ricos en nutrientes, como rellena, hígado, viseras de pollo, pescado, carnes en porciones adecuadas. Así mismo, se enfatiza en las siguientes recomendaciones clave con el fin de fortalecer las familias. **Lactancia Materna Continua:** Se recomienda seguir amamantando al niño o la niña las veces que lo desee, preferiblemente después de las comidas. **Integración en la Dieta Familiar:** A los 12 meses, la mayoría de los niños ya pueden consumir los mismos alimentos que el resto de la familia. **Variedad de Texturas:** Es importante ofrecer alimentos sólidos con texturas modificadas, como picados, molidos o en trozos pequeños, para estimular su desarrollo. **Cantidad Adecuada:** La porción de alimento por comida principal debe ser de 1 taza o plato (equivalente a 8 onzas). **Frecuencia de Comidas:** Se sugiere ofrecer al menos 3 comidas diarias, complementadas con 1 o 2 refrigerios, según el apetito del bebé. **Evitar Productos Procesados:** Es fundamental no ofrecer productos como los de paquete, bebidas azucaradas, embutidos y otros alimentos procesados. **No Añadir Ingredientes Extra:** Se desaconseja añadir sal, azúcar o condimentos a las preparaciones para el bebé. **Priorizar Comida Casera:** Siempre se debe preferir la preparación de alimentos en casa. **Inclusión de Proteínas de Origen Animal:** Diariamente, se debe incluir en las comidas una porción de alimentos de origen animal como carnes, vísceras, huevos y quesos frescos. Estas pautas buscan asegurar una transición saludable hacia la dieta familiar y garantizar un adecuado aporte nutricional durante esta etapa crucial del desarrollo infantil.

Retroalimentación	**Tiempo:** 10 minutos **Descripción de la actividad:** La actividad se desarrollará de manera participativa mediante la entrega de una infografía a cada participante, con el fin de reforzar los temas abordados. A partir de este recurso, se generará un espacio de diálogo para compartir opiniones y resolver dudas. Además, se evaluará el impacto de la actividad a través del nivel de participación y la comprensión demostrada por los asistentes, promoviendo un aprendizaje activo y reflexivo.
Despedida	**Tiempo:** 5 minutos **Descripción de la actividad:** Se les indica a los padres de familia y cuidadores la importancia de llevar a sus hijos a cada uno de los controles, con el fin de identificar alteraciones en el crecimiento y desarrollo de los menores de manera temprana.
Conclusión:	Se logró realizar la actividad de n°3 educación a padres, madres y cuidadores de menores reportados con desnutrición. permitiendo brindar a los padres madres y cuidadores de niños reportados con desnutrición en el mes de enero educación respecto a las acciones que se desarrollan en el hogar y que aportan de manera significativa en el proceso de crecimiento y desarrollo de cada uno de los menores, se logró resolver dudas y aclarar mitos sobre la alimentación evidenciando claridad y satisfacción con la actividad realizada.

	MUNICIPIO DE IQUIRA	E.S.E. Hospital María Auxiliadora de íQuira "Íquira se transforma en salud con calidad y humanización" PIC
	DIRECCION LOCAL DE SALUD	

RESGISTRO FOTOGRÁFICO





Fecha	27 de Julio 2026
Lugar	Club Cívico
Temática	Actividad n°3 educación a padres madres y cuidadores de menores reportados con desnutrición.

Andrea Leguizamo Pastrana

ANDREA DEL PILAR LEGUIZAMO PASTRANA
ENFERMERO JEFE