	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.**	**05**
OBEJTIVO	Implementar un stand informativo y educativo sobre el etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados en las sedes educativas vinculadas a la estrategia Tienda Escolar Saludable, orientado a fortalecer el conocimiento de estudiantes, docentes y comunidad educativa sobre la lectura e interpretación de los sellos nutricionales, promoviendo decisiones de consumo responsable, hábitos alimentarios saludables y la prevención de enfermedades asociadas a una mala alimentación		
COMPONENTE	Consumo y aprovechamiento bilógico.		

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

POBLACIÓN SUJETO	Estudiantes.

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)**
		15			

LUGAR	I.E VALENCIA DE LA PAZ		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINAL**	**DURACIÓN**
28/07/ 2026	08:00AM	09:00AM	1 hora

I. ACTIVIDAD/OBJETO:

Implementar un stand informativo y educativo sobre el etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados en las sedes educativas vinculadas a la estrategia Tienda Escolar Saludable, orientado a fortalecer el conocimiento de estudiantes, docentes y comunidad educativa sobre la lectura e interpretación de los sellos nutricionales, promoviendo decisiones de consumo responsable, hábitos alimentarios saludables y la prevención de enfermedades asociadas a una mala alimentación

II. POBLACIÓN OBJETO:

Estudiantes pertenecientes a la institución educativa valencia de la paz.

III. METOGOLOGÍA:

Para la implementación del stand informativo y educativo sobre el etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados en las sedes educativas vinculadas a la estrategia Tienda Escolar Saludable, se desarrollará una metodología participativa, pedagógica y experiencial, orientada a fortalecer el conocimiento y la capacidad crítica de estudiantes, docentes y comunidad educativa frente a la lectura e interpretación de los sellos nutricionales, promoviendo decisiones de consumo responsable y hábitos alimentarios saludables. Para el desarrollo de la actividad se utilizaron materiales como cartelera la cual quedo como un estand informativo implementado en la sede valencia de la paz.

IV. DESARROLLO:

Siendo las 09:00am el día 28 De Julio del 2026, nos dirigimos a Institución educativa Valencia de la Paz, con previo permiso del Sr. Rector Lisbeth Faneri Rengifo Araujo y en hora de recreo nos facilitó un espacio para hablarle a los estudiantes e infórmale acerca del objetivo inicialmente nos presentamos profesional de enfermería del Equipo Pic .

Seguidamente se informa sobre los alimentos Ultra-procesados que son formulaciones industriales elaboradas a partir de sustancias derivadas de los alimentos o sintetizadas de otras fuentes orgánicas. La mayoría de estos productos contiene pocos alimentos enteros o ninguno.

Así mismo ilustramos algunos alimentos frutos de las formulaciones industriales, como las papas fritas, chitos, gaseosas, gelatinas, chocoramo, coca cola alimentos que advierten al consumidor sobre el contenido en nutrientes críticos para la salud, (azúcares añadidos, sal/socio y grasas saturadas, grasas trans, edulcorantes.

Seguidamente brindamos información acerca del etiquetado frontal y los productos que mas se consumen teniendo en cuenta la siguiente información:

	Galletas oreo, Coca cola, bebidas hit, pony malta, torta gala, ponqué bimbo lonchera, zucaritas, chococrispis	Riesgo de sufrir enfermedades: Sobrepeso Obesidad. Caries dental. Diabetes. Afecta la capacidad de concentración, la memoria. Hiperactividad. Los alimentos "light" contienen fructosa añadida y se ha descrito que pueden afectar la memoria, si se consumen en exceso.
	paquete de Todorico, sopa maruchan, Caldos maggi o ricostilla, sopas instantáneas ajinomen. Ponqué Pingüinos,	Riesgo de sufrir enfermedades: Sobrepeso Obesidad. Caries dental. Diabetes. Afecta la capacidad de concentración, la memoria. Hiperactividad. Los alimentos "light" contienen fructosa añadida y se ha descrito que pueden afectar la memoria, si se consumen en exceso.
	paquete de Todorico, sopa maruchan, Caldos maggi o ricostilla, sopas instantáneas ajinomen. Ponqué Pingüinos.	Riesgo de sufir enfermedades como: Hipertensión. Enfermedades del corazón. Accidente cerebrovascular. Cáncer gástrico. Insuficiencia renal. Osteoporosis.
	papas fritas, Chocoramo, De Todito, Galletas oreo; Lonchi mix.	Enfermedad coronaria. Riesgo de sufrir trombosis y hemorragias. Obesidad. Diabetes.

CONTIENE EDULCORANTES MINSALUD	Coca cola zero, buscar productos light, Bimbo panqué vainilla.	Hiperactividad. Déficit de atención y otros desórdenes de comportamiento. Alergias. Asma. Conservantes, especialmente aquellos que contienen nitritos y nitratos han sido vinculados con Cáncer.

De esta manera se da a conocer los riesgos a sufrir enfermedades a largo o corto plazo.

Seguidamente se informa sobre la importancia de remplazar estos alimentos por el consumo de frutas, verduras y proteínas que son los que realmente nos aportan:

- **La proteína** es un macronutriente que contiene 4 kilocalorías por 1 gramo. Es muy importante porque entre sus funciones se encuentran:
  Ayudar a la construcción de los tejidos del cuerpo como los músculos, la piel, los huesos. Su papel es relevante en los momentos de la vida en los que el organismo crece, como en la gestación, en la primera infancia, la infancia y la adolescencia.

- **Los carbohidratos** son nutrientes que principalmente aportan energía. Entre ellos se pueden incluir los azúcares, los almidones y la fibra. Las funciones más importantes de los carbohidratos son las siguientes:
  Proporcionar energía para realizar todas las actividades que demanda el Organismo.

- **Las grasas o lípidos** son un componente fundamental para el organismo ya que desempeñan funciones muy importantes para el funcionamiento de este. Entre estas se encuentran:
  -Proporcionar energía: 1 g de grasa aporta 9 kilocalorías
  -Favorece el crecimiento y mantenimiento de varios tejidos del cuerpo como el cerebro, la visión.
  -Sirven para transportar y almacenar vitaminas compuestas por grasas como la vitamina A, D, E y K.
  -La grasa tiene una función protectora, ya que cubre diferentes órganos y sistemas y evita que se afecten por golpes o traumas.

  En este caso lo importante es adquirir los niveles adecuado de vitaminas, grasa, azucares naturales en nuestros cuerpos.

Teniendo en cuenta la información abordada previamente, los estudiantes participaron en una actividad grupal en la que elaboraron una cartelera sobre el etiquetado frontal de alimentos, permitiéndoles conocer de manera práctica y cercana los sellos de advertencia, su significado y la importancia de interpretar esta información para promover elecciones alimentarias más saludables.

De esta manera se da por finalizada la actividad siendo las 10:00AM.

V. COMPROMISOS:

- Fortalecer la cultura de alimentación saludable en la comunidad educativa para concientizar sobre los beneficios nutricionales y advertir sobre los riesgos asociados al consumo de productos ultra procesados.

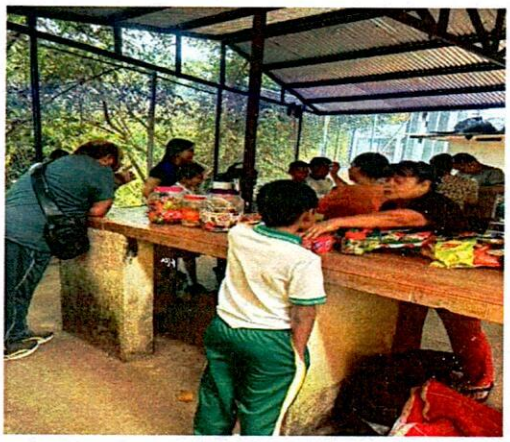
VI. CONCLUSIONES:

Se logró impactar de manera efectiva a la población objetivo, permitiendo la identificación de factores de riesgo asociados al consumo de alimentos ultraprocesados. Se enfatizó cómo el exceso de aditivos y sodio supera los requerimientos nutricionales del organismo, generando un impacto negativo directo en la salud sistémica

VII. BIBLIOGRAFIA:

https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/SSNAB/cartilla-lectura-etiquetado-familias-abcd.pdf

REGISTRO FOTOGRAFICO





Andrea Leguizamo Pastrana

ANDREA DEL PILAR LEGUIZAMO PASTRANA
ENFERMERA JEFE

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS - PIC IQUIRA

REGISTRO DE ASISTENCIA

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

Fecha: 28/07/2026	Lugar: I.E. Valencia de la Paz	Dimensión: Seguridad Alimentaria y nutricional
Responsable: Andrea Leguizamo Pastrana	Cargo: Enfermera Jefe	Tema: Stand informativo sobre etiquetado frontal

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	Michel Brigith Vasquez V.	1075263906	16		X								X		3725948804	Sanitas	
2	Maria Beiyi Cuellar Arias	1084861789	18		X								X		3134944759	Sanitas	Maria Arias
3	Leidy Yuliana Cuellar M.	1084868116	15		X								X		3127055850	sanitas	Leidy Yuliana
4	Danni Guzman Ortiz	1159483824	16		X								X		3106794783	Nueva eps	Danni Guzman
5	ERIKA Tolcona Pijimuel	1059765107	19		X								X		3219343140	sanitas	ERIKA Tolcona P.J.
6	Luis Miguel Rodriguez Ordoñez	1084867516	17	X									X		3133656124	Nueva EPS	Miguel Rodriguez
7	Madaine Sofia Tumbo Alvarado	1084867182	11		X								X		3202424067	Sanitas	Madaine Tumbo
8	Danna lucia Sánchez B	1084867469	17		X								X		3217089946	Sanitas	Danna Sánchez
9	Andrea Carolina Morillo	1084923420	18		X								X		3142411119	Sanitas	Andrea Carolina
10	Angel Andres Torres chala	1084923453	18	X									X		3222417084	N-EPS	
11	Johan Aryan Sanchez	1084886086	16		X								X		3134694557	Sanitas	Johan
12	Edgar Estiven Barrios	1029883969	17	X									X		3145866669	Sanitas	Estiven Barrios
13	Edwin Camilo silva.	1145829801	16	X									X		3232916	Nueva.	
14	Nicolas Andres Carvajal C.	1077859755	17	X	X								X		3125492067	Sanitas	
15																	

Actividad 4	Etiquetado frontal productos ultra procesados.
Municipio	Íquira
Enfermero Responsable	Andrea Del Pilar Leguizamo Pastrana
Lugar	I.E Valencia de la paz
Tiempo total de la actividad:	60 minutos
Objetivo:	Implementar un stand informativo y educativo sobre el etiquetado frontal de advertencia en productos ultra procesados en las sedes educativas vinculadas a la estrategia Tienda Escolar Saludable, orientado a fortalecer el conocimiento de estudiantes, docentes y comunidad educativa sobre la lectura e interpretación de los sellos nutricionales, promoviendo decisiones de consumo responsable, hábitos alimentarios saludables y la prevención de enfermedades asociadas a una mala alimentación
Presentación e introducción a la actividad.	**Tiempo:** 15 minutos **Descripción de la actividad:** En horas de recreo nos dirigimos hacia los grupos de estudiantes brindando información acerca de Los alimentos ultra procesados los cuales son productos industriales elaborados a partir de sustancias derivadas de alimentos y aditivos, con poco o ningún alimento entero en su composición. En el contexto educativo y de salud pública en Colombia, se están utilizando herramientas visuales para que la comunidad, especialmente los niños y jóvenes, aprendan a identificarlos y entiendan su impacto. .

Actividad central:	**Tiempo:** 30 minutos **Materiales:** Papel craff, marcadores imágenes de etiquetado frontal y alimentos ultra procesados. Mediante el uso de una cartelera informativa realizada por los estudiantes, se llevó a cabo una jornada de sensibilización sobre e etiquetado frontal en productos ultra procesados. El objetivo central fue facilitar la identificación de los símbolos que advierten sobre el exceso de azúcares, sodio y grasas en los alimentos industriales. Durante el abordaje de los estudiantes, se observó que varios de ellos se encontraban consumiendo empaquetados y bebidas azucaradas en ese momento. Se aprovechó esta situación cotidiana para realizar una intervención directa de concientización sobre los riesgos que el consumo frecuente de estos productos representa para la salud. Al indagar sobre el nivel de conocimiento previo, la mayoría de los estudiantes manifestó una comprensión confusa o nula sobre el significado de los sellos de advertencia. Por lo tanto, la actividad resultó fundamental para clarificar la información nutricional, logrando que los jóvenes comprendieran finalmente cómo interpretar el etiquetado para tomar decisiones de consumo más conscientes y saludables
Retroalimentación	**Tiempo:** 10 minutos **Descripción de la actividad:** La actividad se desarrolló bajo una metodología participativa y vivencial, centrada en las experiencias cotidianas de los adolescentes respecto al consumo diario de alimentos ultra procesados. Este enfoque permitió que los estudiantes no solo recibieran información teórica, sino que reflexionaran sobre sus propios hábitos alimenticios al identificar los productos que consumen habitualmente
Despedida	**Tiempo:** 5 minutos **Descripción de la actividad:** Se les indica a los adolescentes la importancia del consumo de alimentos no procesados ya que estos aportan a su desarrollo sano previniendo enfermedades crónicas y posibles complicaciones. Finalmente se realiza compromiso para el mejoramiento de la alimentación y la importancia de replicar y aplicar lo aprendido con sus familias.

Conclusión:	Se logró realizar la actividad de n°3 etiquetado frontal productos ultra procesados. La actividad demostró que la educación visual, apoyada en carteleras informativas sobre el etiquetado frontal, es una herramienta determinante para transformar la percepción de los adolescentes frente a los alimentos ultra procesados. Al partir de las experiencias de consumo diario de los estudiantes, se logró cerrar la brecha entre una comprensión inicialmente confusa y un reconocimiento claro de los símbolos que advierten sobre nutrientes críticos como azúcares y grasas.

RESGISTRO FOTOGRÁFICO





Fecha	28 de Julio 2026
Lugar	I.E Valencia de la paz
Temática	Actividad n°4 Etiquetado frontal productos ultra procesados

Andrea Leguizamo Pastrana

ANDREA DEL PILAR LEGUIZAMO PASTRANA
ENFERMERO JEFE

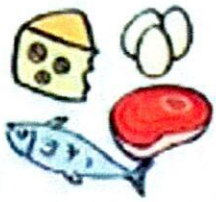
Los alimentos

Son sustancias nutritivas para el funcionamiento y desarrollo del cuerpo. Algunos de ellos, consumidos en exceso, dañan la salud.

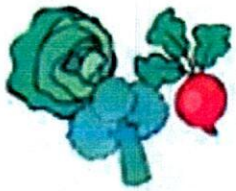


ORIGEN DE LOS ALIMENTOS

Origen Animal



Origen Vegetal

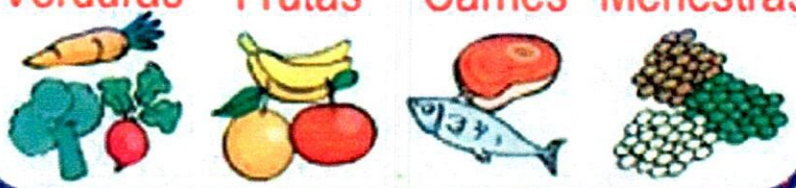


Origen Mineral



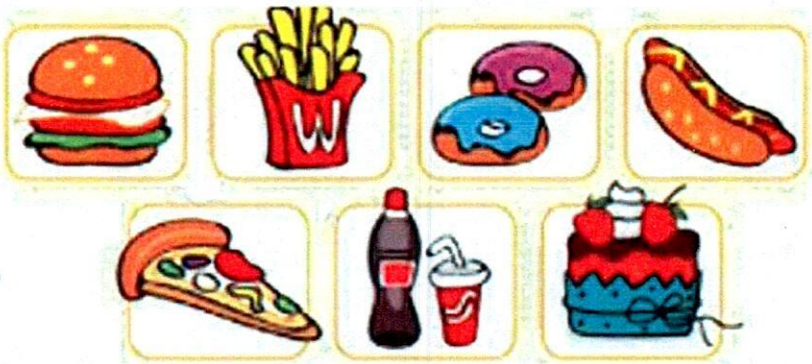
ALIMENTOS NATURALES: Son aquellos que conservan su estado natural o son minimamente procesados. Nos ayudan a vivir sanos y saludables.

Verduras Frutas Carnes Menestras



ALIMENTOS PROCESADOS Y ULTRAPROCESADOS:

Son dañinos para la salud. Comerlos en exceso ocasionan sobrepeso, enfermedades cardiacas, cancerígenas, diabetes, entre otras.



EVITAR SU CONSUMO EXCESIVO



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