Lugar	*9663 – COMEDOR COMUNITARIO – PERDOMO IDIPRON*
Fecha	16/05/2026
Tema	RESOLUCION 5109 / 2005 ROTULADO Y ETIQUETADO NUTRICIONAL Y LEY 2120 / 2021 - ETIQUETADO FRONTAL DE LOS ALIMENTOS
Desarrollo	**DESARROLLO** **OBJETIVO GENERAL:** Fortalecer en los auxiliares de cocina el conocimiento sobre el rotulado y etiquetado nutricional de los alimentos, mediante actividades participativas que permitan identificar información importante para promover decisiones alimentarias más saludables y seguras. **OBJETIVOS ESPECIFICOS** • Reconocer los componentes principales del rotulado nutricional establecidos en la Resolución 5109 de 2005. • Identificar los sellos de advertencia frontal establecidos en la Ley 2120 de 2021 y su importancia en la promoción de hábitos saludables. • Promover la lectura adecuada de etiquetas nutricionales para identificar alimentos altos en azúcares, sodio, grasas saturadas y grasas trans. • Fortalecer conocimientos sobre selección responsable de alimentos procesados y ultraprocesados dentro de los servicios de alimentación. **METODOLOGÍA:** Se realizó inicialmente un pre test para identificar los conocimientos previos de las auxiliares de cocina sobre el tema de etiquetado nutricional y sellos frontales de advertencia. Posteriormente se desarrolló una actividad participativa denominada “Descubriendo las etiquetas”, en la cual las participantes analizaron diferentes empaques de alimentos de consumo cotidiano identificando información nutricional, ingredientes, fecha de vencimiento, contenido neto y sellos de advertencia frontal. Durante la dinámica, los manipuladores de alimentos clasificaron los productos según su contenido nutricional y discutieron cuáles representan mayor riesgo para la salud cuando se consumen frecuentemente. La actividad permitió fortalecer el aprendizaje mediante el análisis práctico y la participación grupal. Materiales: Empaques y etiquetas de alimentos procesados y ultraprocesados. Carteles con ejemplos de sellos frontales de advertencia. Fichas de clasificación: “Alto en azúcares”, “Alto en sodio”, “Alto en grasas saturadas” y “Más saludable”. Láminas explicativas sobre información nutricional obligatoria. Marcadores, cinta y material audiovisual de apoyo. Durante la actividad las participantes identificaron adecuadamente los elementos básicos del etiquetado nutricional y reconocieron la importancia de revisar la información de los productos antes de su consumo o preparación.

Las auxiliares de cocina reconocieron la importancia de fomentar prácticas alimentarias saludables mediante la adecuada interpretación del etiquetado nutricional, reforzando aspectos fundamentales como:

Lectura correcta de tablas nutricionales antes de seleccionar productos alimenticios.
Identificación de sellos frontales de advertencia en alimentos procesados y ultraprocesados.
Reconocimiento de ingredientes críticos como azúcares añadidos, sodio y grasas saturadas.
Promoción de elecciones alimentarias más saludables dentro de los servicios de alimentación.

COMPROMISOS: Aplicar los conocimientos adquiridos sobre lectura de etiquetas nutricionales y promover la selección adecuada de alimentos dentro de la operación del servicio.




Local:16/05/2026, 2:04:52 p.m. COT
N 4.591052°, W 74.161929°
Bogotá
Colombia
IDIPRON - UPI Perdomo
IDIPRON

	Se hace cierre de acta sin más novedad			
Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia	
	Angela Liliana Obando Q	Nutricionista	Convenio 9663 IDIPRON	
Compromisos	Actividad		Responsable	Fecha límite
	Dar cumplimiento a lo socializado garantizando la adecuada operación del servicio		Asistentes a la reunión	Permanente
Próxima reunión	Mes de Junio de 2026.			
Elaboró	Angela Liliana Obando Quevedo– Nutricionistas TP MND 03278. Convenio 9663 Comedores			

LEE, COMPRENDE Y ELIGE MEJOR

RESOLUCIÓN 5109 DE 2005 – ROTULADO Y ETIQUETADO NUTRICIONAL

LEY 2120 DE 2021 – ETIQUETADO FRONTAL DE ALIMENTOS

La información en las etiquetas nos ayuda a tomar decisiones saludables y a cuidar nuestra salud.





1. ¿QUÉ ES EL ROTULADO Y ETIQUETADO NUTRICIONAL?

Es toda la información escrita, impresa o gráfica que aparece en los envases de alimentos y que le permite al consumidor conocer sus características y composición.

¿QUÉ INFORMACIÓN DEBE TENER?



- Nombre del alimento
- Lista de ingredientes
- Información nutricional (tabla nutricional)
- Contenido neto
- Fecha de vencimiento o fecha de consumo preferente
- Lote
- Nombre o razón social y país de origen
- Instrucciones de uso y conservación (si aplica)

La Resolución 5109 de 2005 establece los requisitos que debe cumplir el rotulado nutricional de los alimentos envasados para que la información sea clara, veraz y no engañosa para el consumidor.

2. LEY 2120 DE 2021 – ETIQUETADO FRONTAL DE ALIMENTOS

Busca advertir de manera clara y visible cuando un alimento contiene altos niveles de nutrientes críticos que pueden afectar la salud.

SELLOS FRONTALES DE ADVERTENCIA



Estos sellos se encuentran en la parte frontal del empaque y aparecen cuando el alimento supera los límites establecidos por el Ministerio de Salud y Protección Social.

¿POR QUÉ SON IMPORTANTES?

- Informan rápidamente sobre posibles riesgos para la salud.
- Facilitan elecciones más saludables.
- Protegen especialmente a niños, niñas y adolescentes.
- Promueven hábitos alimentarios conscientes y responsables.



3. ¿CÓMO LEER LA INFORMACIÓN NUTRICIONAL?

1. Revisa la porción
La tabla nutricional se refiere a una porción del alimento. Compara siempre la misma porción.

2. Fíjate en los nutrientes críticos
Presta atención a los valores de azúcares, sodio, grasas saturadas y grasas trans.

3. Compara productos
Elige los alimentos con menores cantidades de nutrientes críticos.

4. Revisa la lista de ingredientes
Los ingredientes están en orden de mayor a menor cantidad.

5. Verifica la fecha de vencimiento
Asegúrate de que el producto esté en buen estado y dentro de la fecha indicada.



RECUERDA

- Lee siempre las etiquetas antes de comprar o consumir un alimento.
- Prefiere alimentos frescos y mínimamente procesados.
- Evita el consumo frecuente de productos con sellos de advertencia.
- Tu salud está en tus decisiones diarias.



¡Una alimentación informada es una alimentación saludable!
Conoce las etiquetas, cuida tu salud y la de tu comunidad.

Comedor Comunitario: PERDOMO
Fecha: 16-05-2026
Nombre: TATIANA GONZALEZ

Tema: RESOLUCION 5109 / 2005 ROTULADO Y ETIQUETADO NUTRICIONAL

5/5

POST TEST

6) ¿Cuál es el objetivo principal del etiquetado nutricional en los alimentos?

e. Decorar el empaque del producto
f. Informar al consumidor sobre el contenido nutricional del alimento
g. Incrementar el precio del producto
h. Hacer más llamativo el alimento

7) Los sellos frontales de advertencia indican que un alimento es:

e. Bajo en calorías
f. Natural y orgánico
g. Alto en nutrientes críticos como azúcar, sodio o grasas saturadas
h. Recomendado para todas las edades

8) ¿Cuál de los siguientes elementos debe aparecer en el rotulado de un alimento?

e. Tabla nutricional
f. Fecha de vencimiento
g. Lista de ingredientes
h. Todas las anteriores

9) Verdadero o Falso:
Los sellos frontales de advertencia ayudan a identificar alimentos con alto contenido de azúcar, sodio o grasas saturadas.
☒ Verdadero ☐ Falso

10) ¿Por qué considera importante revisar las etiquetas nutricionales y los sellos frontales antes de consumir o preparar un alimento?.
NOS AYUDA SABER DEL PRODUCTO Y LO QUE VAMOS A CONSUMIR

Comedor Comunitario: PERDOMO
Fecha: 16-05-2026
Nombre: TANIA GONZALEZ

Tema: RESOLUCION 5109 / 2005 ROTULADO Y ETIQUETADO NUTRICIONAL

PRE TEST

5/5

6) ¿Cuál es el objetivo principal del etiquetado nutricional en los alimentos?

e. Decorar el empaque del producto
f. Informar al consumidor sobre el contenido nutricional del alimento
g. Incrementar el precio del producto
h. Hacer más llamativo el alimento

7) Los sellos frontales de advertencia indican que un alimento es:

e. Bajo en calorías
f. Natural y orgánico
g. Alto en nutrientes críticos como azúcar, sodio o grasas saturadas
h. Recomendado para todas las edades

8) ¿Cuál de los siguientes elementos debe aparecer en el rotulado de un alimento?

e. Tabla nutricional
f. Fecha de vencimiento
g. Lista de ingredientes
h. Todas las anteriores

9) Verdadero o Falso:
Los sellos frontales de advertencia ayudan a identificar alimentos con alto contenido de azúcar, sodio o grasas saturadas.
☑ Verdadero ☐ Falso

10) ¿Por qué considera importante revisar las etiquetas nutricionales y los sellos frontales antes de consumir o preparar un alimento?.
PORQUE ES UNA INFORMACION QUE NOS AYUDA A SABER MAS SOBRE EL PRODUCTO Y CUIDAR ASI LA SALUD

Comedor Comunitario: Perdomo
Fecha: 16-05-2026
Nombre: Sergio Ortiz

Tema: RESOLUCION 5109 / 2005 ROTULADO Y ETIQUETADO NUTRICIONAL

POST TEST

5/5

6) ¿Cuál es el objetivo principal del etiquetado nutricional en los alimentos?

e. Decorar el empaque del producto
f. Informar al consumidor sobre el contenido nutricional del alimento
g. Incrementar el precio del producto
h. Hacer más llamativo el alimento

7) Los sellos frontales de advertencia indican que un alimento es:

e. Bajo en calorías
f. Natural y orgánico
g. Alto en nutrientes críticos como azúcar, sodio o grasas saturadas
h. Recomendado para todas las edades

8) ¿Cuál de los siguientes elementos debe aparecer en el rotulado de un alimento?

e. Tabla nutricional
f. Fecha de vencimiento
g. Lista de ingredientes
h. Todas las anteriores

9) Verdadero o Falso:
Los sellos frontales de advertencia ayudan a identificar alimentos con alto contenido de azúcar, sodio o grasas saturadas.
☑ Verdadero ☐ Falso

10) ¿Por qué considera importante revisar las etiquetas nutricionales y los sellos frontales antes de consumir o preparar un alimento?.
porque nos ayuda a identificar el productos y sus propiedades

Comedor Comunitario: Perdomo
Fecha: 16-05-2026
Nombre: Sergio Ordoz

Tema: RESOLUCION 5109 / 2005 ROTULADO Y ETIQUETADO NUTRICIONAL

5/5

PRE TEST

6) ¿Cuál es el objetivo principal del etiquetado nutricional en los alimentos?

e. Decorar el empaque del producto
f. Informar al consumidor sobre el contenido nutricional del alimento
g. Incrementar el precio del producto
h. Hacer más llamativo el alimento

7) Los sellos frontales de advertencia indican que un alimento es:

e. Bajo en calorías
f. Natural y orgánico
g. Alto en nutrientes críticos como azúcar, sodio o grasas saturadas
h. Recomendado para todas las edades

8) ¿Cuál de los siguientes elementos debe aparecer en el rotulado de un alimento?

e. Tabla nutricional
f. Fecha de vencimiento
g. Lista de ingredientes
h. Todas las anteriores

9) Verdadero o Falso:
Los sellos frontales de advertencia ayudan a identificar alimentos con alto contenido de azúcar, sodio o grasas saturadas.
☑ Verdadero ☐ Falso

10) ¿Por qué considera importante revisar las etiquetas nutricionales y los sellos frontales antes de consumir o preparar un alimento?.
Por qué nos ayuda a identificar el producto y sus propiedades

Comedor Comunitario: Perdoiyo
Fecha: 16 - Mayo 2026
Nombre: Jorge Guerrero

Tema: RESOLUCION 5109 / 2005 ROTULADO Y ETIQUETADO NUTRICIONAL

POST TEST

5/5

6) ¿Cuál es el objetivo principal del etiquetado nutricional en los alimentos?

e. Decorar el empaque del producto
f. Informar al consumidor sobre el contenido nutricional del alimento
g. Incrementar el precio del producto
h. Hacer más llamativo el alimento

7) Los sellos frontales de advertencia indican que un alimento es:

e. Bajo en calorías
f. Natural y orgánico
g. Alto en nutrientes críticos como azúcar, sodio o grasas saturadas
h. Recomendado para todas las edades

8) ¿Cuál de los siguientes elementos debe aparecer en el rotulado de un alimento?

e. Tabla nutricional
f. Fecha de vencimiento
g. Lista de ingredientes
h. Todas las anteriores

9) Verdadero o Falso:
Los sellos frontales de advertencia ayudan a identificar alimentos con alto contenido de azúcar, sodio o grasas saturadas.
☑ Verdadero ☐ Falso

10) ¿Por qué considera importante revisar las etiquetas nutricionales y los sellos frontales antes de consumir o preparar un alimento?.
Informan sobre posibles riesgos para la Salud

Comedor Comunitario: PERDOMO
Fecha: 16 Mayo 2026
Nombre: Jorge Guerrero

Tema: RESOLUCION 5109 / 2005 ROTULADO Y ETIQUETADO NUTRICIONAL

PRE TEST

5/5

6) ¿Cuál es el objetivo principal del etiquetado nutricional en los alimentos?

e. Decorar el empaque del producto
X Informar al consumidor sobre el contenido nutricional del alimento
g. Incrementar el precio del producto
h. Hacer más llamativo el alimento

7) Los sellos frontales de advertencia indican que un alimento es:

e. Bajo en calorías
f. Natural y orgánico
X Alto en nutrientes críticos como azúcar, sodio o grasas saturadas
h. Recomendado para todas las edades

8) ¿Cuál de los siguientes elementos debe aparecer en el rotulado de un alimento?

e. Tabla nutricional
f. Fecha de vencimiento
g. Lista de ingredientes
X Todas las anteriores

9) Verdadero o Falso:
Los sellos frontales de advertencia ayudan a identificar alimentos con alto contenido de azúcar, sodio o grasas saturadas.
☒ Verdadero ☐ Falso

10) ¿Por qué considera importante revisar las etiquetas nutricionales y los sellos frontales antes de consumir o preparar un alimento?.
Informan sobre riesgos de Salud. Promueven hábitos alimenticios correctos.

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: Rotulado nutricional
2. Lugar o Localidad o Sede: CC Podomo
3. Fecha y hora: 16/05/2026
4. Nombre responsable: Angela Liliana Obando
5. Dependencia responsable: IDIPRON

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	JORGE D GUERRERO R	CC.	19.350875	Idipron	Jefe Cocina	Contratista	guerreroyguerrero@gmail	3143315880	
2	TANIA GONZALEZ	CC	1032798440	SDIPRON	AUX COCINA	CONTRAT	LIZETH2006GOMEZA@gmail	3144405759	
3	SERGIO ORDUZ	CC	1121219220	SDIPRON	AUX COCINA	CONTRATISTA	SERGIO ORDUZ@gmail.com	3102997217	
4	Angela Obando	C	1032399284	IDIPRON	Nutricionista	Contratista	nutricionalcorporativo Idipron.gov.co	3102957212	
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
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.