ANÁLISIS TÉCNICO Y NUTRICIONAL DE CONFORMACIÓN DE CANASTA PAE EN CASA PARA 45 DÍAS

Programa de Alimentación Escolar – PAE

1. ANTECEDENTES Y JUSTIFICACIÓN

De conformidad con los Lineamientos Técnicos de la Unidad Administrativa Especial de Alimentación Escolar – Alimentos para Aprender (UApA), las Entidades Territoriales podrán definir la conformación de la canasta alimentaria considerando la disponibilidad de alimentos en el territorio, el presupuesto asignado y las condiciones logísticas para la atención de la población beneficiaria del PAE.

La presente propuesta corresponde a una única entrega de canasta alimentaria para una atención equivalente a cuarenta y cinco (45) días, formulada de conformidad con los lineamientos técnicos de la unidad administrativa

Los Lineamientos Técnicos establecen que, cuando se requiera realizar entregas para períodos diferentes a los contemplados en la conformación base de la canasta, las Entidades Territoriales deberán efectuar las equivalencias correspondientes a través del profesional en Nutrición y Dietética, garantizando el aporte nutricional diario mínimo del veinticinco por ciento (25 %) de las recomendaciones de energía y nutrientes para la población beneficiaria.

En cumplimiento de lo anterior, se realizó el ajuste técnico de la canasta alimentaria para una atención de cuarenta y cinco (45) días, considerando la disponibilidad de alimentos en el territorio, la aceptabilidad cultural, la vida útil de los productos, la facilidad de almacenamiento y transporte, así como el cumplimiento de los criterios nutricionales establecidos por la UApA

En este contexto, el presente informe técnico tiene como finalidad sustentar la conformación de la canasta alimentaria propuesta, así como presentar el análisis nutricional realizado con base en la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos (TCAC) del ICBF, verificando que la selección de alimentos responde a criterios técnicos, nutricionales y operativos acordes con los lineamientos vigentes.

2. MARCO TÉCNICO

El ajuste de la canasta alimentaria se realizó en aplicación de los lineamientos técnicos de la UApA, los cuales establecen que:

- La equivalencia para períodos diferentes a treinta (30) días deberá ser realizada por un profesional en Nutrición y Dietética.
- Los intercambios y ajustes de cantidades podrán efectuarse en ejercicio de la autonomía de la Entidad Territorial.
- Debe garantizarse el aporte nutricional mínimo diario correspondiente al 25% de las recomendaciones de energía y nutrientes para la población beneficiaria.
- El análisis nutricional debe realizarse utilizando la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos (TCAC) del ICBF 2018 y sus actualizaciones posteriores.

3. METODOLOGÍA

Para el análisis nutricional de la canasta alimentaria se utilizó como referencia la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos (TCAC) del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), edición 2018 y sus actualizaciones, la cual constituye la fuente oficial para la determinación del contenido de energía y nutrientes de los alimentos.

Se identificó el aporte nutricional de cada uno de los alimentos incluidos en la canasta, considerando la cantidad total entregada por beneficiario. Posteriormente, se calcularon los aportes de **energía, proteínas, grasas, carbohidratos, calcio, hierro y sodio**, obteniendo el aporte nutricional total de la canasta.

Con base en dichos resultados, se determinó el aporte nutricional promedio diario, correspondiente a una atención equivalente a cuarenta y cinco (45) días, mediante la división del aporte nutricional total entre el número de días de atención definidos para la presente propuesta.

Finalmente, los resultados obtenidos fueron comparados con los criterios establecidos en los Lineamientos Técnicos de la UApA, con el fin de verificar que la conformación de la canasta alimentaria responde a los requerimientos técnicos y nutricionales previstos para la modalidad PAE en Casa.

Tabla 1. Conformación de la canasta alimentaria PAE en Casa para cuarenta y cinco (45) días de atención.

CONFORMACION CANASTA ALIMENTARIA PAE EN CASA		
Grupo de alimentos	**Alimento**	**Presentacion /Cantidad**
Proteina	Huevo tipo A	Caja x 30 unidades
	Atun en agua	2 latas (160 g c/u)
Lacteos	Leche de vaca entera en polvo fortificada	2 unidades de 900 g (1800g)
Leguminosas	Lenteja	1kg
Cereales y derivados	Arroz	2 Kg
	Pasta alimenticia enriquecida	1Kg
	Avena en hojuelas	1Kg
	Harina de maíz precocida	2 Kg
Frutas	Manzana roja	1 kg
Grasas	Aceite vegetal	900 ml
Azucares	Panela	1Kg

4. JUSTIFICACIÓN TÉCNICA DE LA CONFORMACIÓN DE LA CANASTA

La presente canasta alimentaria fue estructurada priorizando alimentos de amplia disponibilidad en el territorio, de fácil almacenamiento, adecuada vida útil y condiciones que favorecen su conservación durante los períodos de receso escolar.

La inclusión de **leche entera en polvo fortificada, huevo, atún en agua y lenteja** fortalece el aporte de proteínas de alto valor biológico y de origen vegetal, contribuyendo al suministro de energía y nutrientes esenciales para la población beneficiaria. De igual manera, los cereales y sus derivados constituyen la principal fuente de energía de la canasta, mientras que la fruta aporta fibra y micronutrientes que favorecen una alimentación variada y equilibrada.

La conformación propuesta promueve la diversidad alimentaria mediante la inclusión de alimentos pertenecientes a los diferentes grupos establecidos en los Lineamientos Técnicos de la Unidad

Administrativa Especial de Alimentación Escolar – Alimentos para Aprender (UApA), favoreciendo un adecuado equilibrio entre los distintos componentes nutricionales.

Los ajustes realizados en las cantidades de algunos alimentos obedecen a la necesidad de optimizar la ejecución del presupuesto asignado por beneficiario, sin afectar la participación de los grupos de alimentos definidos en los lineamientos técnicos, la disponibilidad de productos en el territorio ni los criterios nutricionales establecidos para la modalidad PAE en Casa.

En consecuencia, la conformación de la canasta responde a criterios técnicos, nutricionales, logísticos y presupuestales que permiten garantizar una propuesta alimentaria viable para la atención de la población beneficiaria durante los períodos de receso escola.

5. ANÁLISIS NUTRICIONAL

Con el fin de verificar el aporte nutricional de la canasta alimentaria propuesta, se realizó el análisis de los alimentos incluidos utilizando como referencia la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos (TCAC) del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), edición 2018 y sus actualizaciones.

El análisis comprende el cálculo del aporte de energía, proteínas, grasas, carbohidratos, calcio, hierro y sodio de cada uno de los alimentos incluidos en la canasta, considerando la cantidades totales entregadas por beneficiario en una única canasta alimentaria correspondiente a cuarenta y cinco (45) días de atención

Tabla 2. Análisis nutricional de la canasta alimentaria propuesta para cuarenta y cinco (45) días de atención

ALIMENTO	ENERGÍA (kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA(g)	CHO(g)	CALCIO(mg)	HIERRO (mg)	SODIO(mg)
Arroz 2 kg	7.060	134,0	8,00	1602,00	180,00	16,00	40,00
Pasta alimenticia enriquecida 1 kg	3.710	130,0	15,00	747,00	250,00	39,00	60,00
Avena en hojuelas 1 kg	4.110	169,0	75,00	641,00	540,00	45,00	30,00
Harina de maíz precocida 2 kg	7.720	154,0	66,00	1552,00	120,00	54,00	440,00
Leche de vaca entera en polvo fortificada 1800 g	8.982	473,4	478,80	691,20	16920	9,00	6642,00
Lenteja 1 kg	3.870	231,0	9,00	610,00	510,00	72,00	270,00
Huevo 30 unidades	2.235,00	189,00	162,00	4,50	795,00	25,50	2085,00
Atun en agua 320 g	406	77,44	9,6	2,88	N.D.	N.D.	N.D
Manzana roja 1 kg	720	3,00	2,00	165,00	160,00	3,00	20,00
Aceite vegetal 900 ml	8.100	0,00	900,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Panela 1 Kg	3.640	6,00	1,00	902,00	420,00	49,00	390,00
TOTAL	**50.528**	**1.558,44**	**1.726,40**	**6.917,58**	**19.895**	**312,50**	**9,977**

N.D. = No disponible en el registro de la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos (TCAC) utilizado para el análisis. Fuente (TCAC 2018)

5.1. APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO DIARIO (45 DÍAS DE ATENCIÓN)

A partir de los resultados obtenidos en el análisis nutricional de la canasta alimentaria, se determinó el aporte nutricional promedio diario correspondiente a una atención de cuarenta y cinco (45) días, mediante la división del aporte total de la canasta entre el número de días definidos para la presente propuesta

Tabla 3. Aporte nutricional total de la canasta

Nutriente	***Aporte total de la canasta***
Energía	50.528 kcal
Proteína	1.558,44 g
Grasas	1.726,40 g
Carbohidratos	6.917,58 g
Calcio	19.895 mg
Hierro	312,50 mg
Sodio	9.977 mg

Tabla 4. Aporte nutricional diario de la canasta

Nutriente	***Aporte promedio diario***
Energía	*1.123 kcal/día*
Proteína	34,63 g/día
Grasas	38,36 g/día
Carbohidratos	153,72 g/día
Calcio	442,11 mg/día
Hierro	6,94 mg/día
Sodio	221,71 mg/día

*Los promedios de calcio, hierro y sodio se calcularon con la información disponible en la TCAC para los alimentos incluidos en el anális

NOTA TÉCNICA: El análisis nutricional de la canasta alimentaria se realizó utilizando la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos (TCAC) – ICBF 2018 y sus actualizaciones**,** considerando las cantidades totales de alimentos incluidas en la canasta para 45 días por beneficiario. Para el alimento atún en agua, el registro consultado en la TCAC no presenta información para algunos micronutrientes (calcio, hierro y sodio); por tal razón, dichos valores fueron registrados como No Disponibles (N.D.) y no se incluyeron en la sumatoria de estos nutrientes.

6. EVALUACION DE CUMPLIMIENTO

El análisis nutricional evidencia que la conformación propuesta incorpora alimentos pertenecientes a los diferentes grupos establecidos en los Lineamientos Técnicos de la UApA, garantizando una oferta alimentaria variada y equilibrada. La selección de alimentos responde a criterios técnicos relacionados con el aporte nutricional, la disponibilidad en el territorio, la vida útil, la facilidad de almacenamiento y la viabilidad operativa para su distribución.

Los resultados obtenidos constituyen el soporte técnico para la conformación de la canasta alimentaria propuesta, evidenciando que su diseño se fundamentó en criterios nutricionales, operativos y de disponibilidad de alimentos, conforme a lo establecido por la Unidad Administrativa Especial de Alimentación Escolar – Alimentos para Aprender (UApA).

Finalmente, el presente análisis constituye el soporte técnico de la propuesta de canasta alimentaria para cuarenta y cinco (45) días de atención, permitiendo respaldar las decisiones adoptadas en su conformación conforme a los lineamientos vigentes y a las condiciones particulares de la Entidad Territorial.

7. CONCLUSIONES

La conformación de la canasta alimentaria propuesta para cuarenta y cinco (45) días responde a criterios técnicos, nutricionales, logísticos y presupuestales definidos por la Entidad Territorial, en concordancia con los Lineamientos Técnicos de la Unidad Administrativa Especial de Alimentación Escolar – Alimentos para Aprender (UApA).

El análisis nutricional realizado con base en la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos (TCAC) permitió establecer el aporte de energía y nutrientes de la canasta, constituyendo el soporte técnico de la propuesta presentada.

La selección de alimentos favorece la diversidad alimentaria mediante la inclusión de cereales, leguminosas, lácteos, alimentos de origen animal, frutas, grasas y azúcares, considerando la disponibilidad de productos en el territorio, la vida útil de los alimentos y las condiciones de almacenamiento y distribución requeridas para la modalidad PAE en Casa

Referencias

- Lineamientos Técnicos Administrativos y Estándares del Programa de Alimentación Escolar (PAE), Unidad Administrativa Especial de Alimentación Escolar – Alimentos para Aprender (UApA).
- Tabla de Composición de Alimentos Colombianos (TCAC), Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), edición 2018 y actualizaciones.

Rosalinda Correa Lacayo
Nutricionista Dietista equipo PAE – MND 03716
Secretaria de Educacion Municipal