ACTA N°51

FECHA: Bogotá, 23/01/2026

HORA: 2:00 P.M - 3:00 P.M

LUGAR: Centro integrarte atención interna grupo 13

TEMA: Socialización del informe individual del estado nutricional.

ASISTENTES: Según planilla de asistencia.
Diana Katherine Christiansen – Profesional en Nutrición.

ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo y bienvenida a los asistentes.
2. Socialización del informe individual, con la descripción de la situación alimentaria y nutricional, dirigida a los profesionales.
3. Cierre de la sesión.

DESARROLLO:

La nutricionista Diana Katherine Christiansen dio inicio a la reunión con un cordial saludo, informando que el propósito de la sesión fue socializar el estado nutricional y la evolución de las personas con discapacidad atendidas en el Centro Integrate Atención Interna – Grupo 13.

Asimismo, se recordó que actualmente se manejan tres tipos de dietas, adaptadas a las necesidades individuales de cada persona:

- Dieta normocalórica: dirigida a personas con peso e Índice de Masa Corporal (IMC) adecuado (entre 22 y 24,6). Incluye porciones estándar de todos los grupos alimentarios.
- Dieta hipercalórica e hiperproteica: indicada para personas con tendencia a la pérdida de peso. Se aumentan las porciones de cereales, tubérculos y proteína en el almuerzo y, de ser necesario, se adiciona un refrigerio nocturno.

Scanned with CamScanner

- Dieta hipocalórica: orientada a personas con sobrepeso u obesidad. Busca disminuir el consumo de carbohidratos, ofreciendo porciones pequeñas de cereales, aumentando el consumo de ensaladas y reduciendo el uso de azúcar en las bebidas. Se incluye un derivado de cereal en las meriendas una vez por semana.

Durante la reunión se abordaron los comportamientos alimentarios, identificando aquellos adecuados y los que requieren ajustes. La nutricionista indicó que se implementarán estrategias de supervisión constante y se establecerán objetivos nutricionales individualizados.

Se resaltan los siguientes casos con manejo nutricional específico:

Las siguientes recomendaciones nutricionales están dirigidas a Luz Andrea Casallas, María Edy Cuervo, Juan Alberto Medina, Juan Sebastián González, Nathalia Guerrero, Luis Enrique Robles, José Alexander Medina, José Luis Sabrica y José Luis Vega, quienes presentan delgadez. El objetivo es mejorar su estado nutricional mediante una dieta hipercalórica e hiperproteica, incluyendo refrigerio nocturno.

1. Adoptar una dieta hipercalórica equilibrada, aumentando el aporte energético diario a través de alimentos nutritivos y evitando calorías vacías.
2. Incrementar el consumo de proteínas de alto valor biológico, como carnes magras, pollo, pescado, huevos, lácteos enteros, leguminosas y frutos secos, favoreciendo la ganancia de masa muscular.
3. Incluir carbohidratos complejos en cada tiempo de comida, como arroz, pasta, papa, yuca, plátano, avena y cereales integrales, para garantizar un adecuado aporte de energía.
4. Incorporar grasas saludables como aguacate, aceite de oliva, semillas y frutos secos, que contribuyen a aumentar el valor calórico de la dieta.
5. Asegurar un refrigerio nocturno nutritivo, que incluya proteína y carbohidrato, por ejemplo: leche o yogur con fruta, avena con leche, o sándwich pequeño con proteína.
6. Evitar omitir comidas, ya que esto dificulta el aumento de peso y puede generar déficit nutricional.
7. Mantener una adecuada hidratación, sin sustituir comidas por bebidas de bajo aporte calórico.
8. Complementar la alimentación con actividad física, especialmente ejercicios de fuerza, para favorecer el aumento de masa muscular.

Scanned with CamScanner

9. Realizar seguimiento nutricional periódico, con el fin de ajustar el plan alimentario según evolución y necesidades individuales.

La implementación constante de estas recomendaciones permitirá mejorar el peso corporal, el estado nutricional y la calidad de vida de las personas mencionadas.

Las siguientes recomendaciones nutricionales con enfoque en dieta hipocalórica están dirigidas a David Alejandro Fuquen, Jacinta Moreno, Laura Milena Valencia, Julio Ernesto Vaca, Pedro Charry, Doris Forero, Martha Gómez, Sandra Milena González, Luz Angélica León, Fernando Loiza, Juana López, Ayda Orjuela, José Humberto Hernández, Ismael Santiago Rivera y Dellanira Rondón, quienes presentan sobrepeso. El objetivo es favorecer la reducción de peso de manera gradual y saludable.

1. Adoptar una dieta hipocalórica equilibrada, reduciendo el aporte energético diario sin eliminar grupos de alimentos, priorizando preparaciones bajas en grasa y azúcar.
2. Incrementar el consumo de verduras y hortalizas, especialmente crudas o al vapor, por su bajo contenido calórico y alto aporte de fibra, lo que favorece la saciedad.
3. Consumir frutas en porciones controladas, preferiblemente enteras y no en jugo, evitando adicionar azúcar.
4. Priorizar proteínas magras como pollo sin piel, pescado, claras de huevo, leguminosas y lácteos descremados, para conservar la masa muscular durante la pérdida de peso.
5. Limitar el consumo de carbohidratos refinados, como arroz blanco, pan y pastas, reemplazándolos por versiones integrales en cantidades moderadas.
6. Reducir el consumo de grasas, evitando frituras y alimentos con alto contenido de grasas saturadas; utilizar métodos de cocción como hervido, asado, al vapor u horneado.
7. Mantener horarios regulares de alimentación, evitando ayunos prolongados que puedan generar atracones.
8. Aumentar el consumo de agua, mínimo 6 a 8 vasos al día, evitando bebidas azucaradas y gaseosas.
9. Complementar la dieta con actividad física regular, de acuerdo con la condición de cada persona, para potenciar el déficit calórico.
10. Realizar seguimiento nutricional, con el fin de ajustar el plan hipocalórico según evolución, peso y estado de salud.

Scanned with CamScanner

Finalmente, se resolvieron las dudas e inquietudes planteadas por los asistentes.

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

CONVOCATORIA.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Katherine Christiansen	Nutricionista Dietista	CIAI GRUPO 13	

Anexos: Planilla de asistencia

Elaboró: Katherine Christiansen / Nutricionista

Scanned with CamScanner

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-013
Versión: 3
Fecha: Mayo (2024-05-09) - 13/05/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Socialización Informe Individual 2. Lugar o Localidad o Sede: CIAI Grupo 13 3. Fecha y hora: 2:00 pm - 3:00pm 23/01/2026

4. Nombre responsable: Diana Katherine Christiansen 5. Dependencia responsable: Subdirección Para la discapacidad

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	Rosa del Pilar Estrada	CC	53063333	Centro Integral de Atención Interno Grupo 13	Enfermera	No Aplica	pilyc2609@hotmail.com	3248876858	
2	Jennifer Lagos Cárdenas	CC	1010774082	Centro Integral de Atención Interno Grupo 13	Fisioterapeuta	NO Aplica	jennifer.lagos@gmail.com	3107461495	
3	Luisa Muñoz Gonzalez	CC	1003777111	Centro Integral de Atención Interno	Fisioterapeuta	NO Aplica	lmuhechacon@gmail.com	3102476380	
4	Diana Katherine Christiansen	CC	1019182500	Centro integral de atención interno	Noticionista	NO Aplica	Dianakatherinechriz@gmail.com	3217742509	
5	Nathalia A Velasco	CC	1016045527	Centro Integral Atención Interno	Fonoaudiologa	No Aplica	nathalangucia@gmail.com	3013043139	
6	Lucelly Cano Cano	CC	1019039766	Centro integral atención interno G13	Terapeuta ocupacional	NO Aplica	mlucy.cano@gmail.com	322 2555170	
7	Jesus Ignacio Reyes	CC	1014244051	Centro integral atención interno Grupo 13	Fonoaudiologo	No aplica	jairo0093@gmail.com	3016345108	
8	Paula Cesar Lagos Quintero	CC	93236449	Centro Integral de Atención Interno Grupo 13	Psicología	No Aplica	paula_lagos@hotmail.com	3102017882	PCL.
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									

Tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me han informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, en la ejecución del tratamiento de mis datos personales recolectados y para todas aquellas operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad, tendrán que tenga derecho a conocer, a mis 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, podré acudir al canal para consultar los datos allí almacenados, datos dirigidos a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía."

Toda actividad realizada de manera voluntaria debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Scanned with CamScanner