

	PROCESO MEJORA E INNOVACIÓN FORMATO ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ	F9.P1.MI	31/05/2024
		Versión 10	Página 1 de 4

ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ N° 721	
Hora: 3:30 PM	Fecha: 08/09/2026
Lugar:	VILLA DEL CAMBIS 3 PESCADOR
Dependencia que Convoca:	Salud y Nutrición
Proceso:	Promoción y Prevención – Primera Infancia
Objetivo:	Sensibilizar a las familias sobre la importancia de incluir alimentos variados y fuentes de hierro, vitamina A y zinc en la alimentación diaria para favorecer el crecimiento, el desarrollo, las defensas y el bienestar de los niños y demás integrantes del hogar.

Agenda:

1. Saludo de bienvenida.
2. Socialización: Importancia de estas 3 vitaminas en el cuerpo
3. Socialización: identificar alimentos ricos en estos 3 nutrientes
4. Agradecimientos y cierre.

1. SALUDO DE BIENVENIDA.

se da inicio a la jornada con un cordial saludo de bienvenida dirigido a los asistentes, tanto talento humano como también a las familias que muy cordialmente nos acompañan en estos espacios enriquecedores para las dos partes, se les incentiva para que continúen asistiendo la mayor de veces posibles

Desarrollo:

2. SOCIALIZACIÓN: IMPORTANCIA DE ESTAS 3 VITAMINAS EN EL CUERPO

micronutrientes esenciales y cumplen funciones diferentes en nuestro cuerpo, en conjunto, ayudan al crecimiento, desarrollo, defensas y buen funcionamiento del organismo, especialmente durante la infancia.

 **Hierro:** es fundamental para producir hemoglobina, que transporta oxígeno por todo el cuerpo. Su adecuada ingesta ayuda a prevenir la anemia y favorece la energía y el rendimiento.

 **Vitamina A:** es importante para una buena visión, el mantenimiento de la piel y las mucosas y el funcionamiento adecuado del sistema inmunitario.

 **Zinc:** participa en el crecimiento y desarrollo, la cicatrización, el funcionamiento del sistema inmunitario y numerosos procesos celulares.

En conjunto, ayudan al crecimiento, desarrollo, defensas y buen funcionamiento del organismo, especialmente durante la infancia.

¡Antes de imprimir este documento... piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

	PROCESO MEJORA E INNOVACIÓN FORMATO ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ	F9.P1.MI	31/05/2024
		Versión 10	Página 2 de 4

3. SOCIALIZACIÓN: IDENTIFICAR ALIMENTOS RICOS EN ESTOS 3 NUTRIENTES

Se desarrolló una actividad educativa sobre los micronutrientes esenciales y su función en el organismo. Se explicó que, aunque se necesitan en pequeñas cantidades, son fundamentales para mantener una buena salud.

Se abordó el hierro, destacando su participación en la formación de hemoglobina y el transporte de oxígeno. Se mencionaron alimentos como carnes, vísceras, lentejas y frijoles.

Posteriormente, se explicó la importancia de la vitamina A para la visión, la piel y las defensas, identificando como fuentes alimentos como zanahoria, auyama, papaya, mango y verduras de color verde oscuro.

Finalmente, se habló sobre el zinc, relacionado con el crecimiento, el funcionamiento del sistema inmune y otros procesos del organismo. Se identificaron como fuentes alimentos como pescado, huevo, semillas, frutos secos y cereales integrales.

Se motivó a las familias a ofrecer una alimentación variada, incluyendo diferentes colores y grupos de alimentos, y a mantener buenas prácticas de higiene durante la preparación y consumo.



¡ALIMENTOS COLORIDOS, NIÑOS FUERTES Y SANOS!

GUÍA DE MICRONUTRIENTES ESENCIALES PARA LA FAMILIA
LOS MICRONUTRIENTES INVISIBLES PERO VITALES

HIERRO
(El escudo contra la anemia)

¿PARA QUÉ SIRVE?
Producción de hemoglobina, transporte de oxígeno, y energía.

FUENTES PRINCIPALES
Sangrecita, hígado, carnes rojas, lentejas, frijoles.

¿QUÉ PASA SI FALTA?
Cansancio, palidez, anemia, bajo rendimiento.

CONSEJO: COMBINAR CON VITAMINA C
(limón, naranja) para absorber mejor.

VITAMINA A
(El guardián de la vista y la piel)

¿PARA QUÉ SIRVE?
Visión, salud de la piel y mucosas.

FUENTES PRINCIPALES
Zanahoria, auyama, papaya, mango, espinaca, acelga, lácteos fortificados.

¿QUÉ PASA SI FALTA?
Dificultad para ver de noche, piel seca, infecciones frecuentes.

CONSEJO: CONSUMIR ALIMENTOS DE COLOR NARANJA, AMARILLO Y VERDE OSCURO.

ZINC
(El motor del crecimiento y las defensas)

¿PARA QUÉ SIRVE?
Crecimiento, sistema inmune, síntesis de ADN y proteínas.

FUENTES PRINCIPALES
Pescado, huevos, frutos secos, semillas, cereales integrales.

¿QUÉ PASA SI FALTA?
Crecimiento lento (talla baja), diarreas, infecciones, falta de apetito.

CONSEJO: APOYAR EL CRECIMIENTO Y EL SISTEMA INMUNE.

RECOMENDACIONES PARA EL HOGAR

- Variación en el plato
- Alimentos locales
- Consumo diario
- Higiene y preparación

Cierre:

Las familias comprendieron la importancia de los micronutrientes para el crecimiento, desarrollo y mantenimiento de la salud, comprometiéndose a fortalecer la variedad y calidad de la alimentación en el hogar.

¡Antes de imprimir este documento... piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

	PROCESO MEJORA E INNOVACIÓN FORMATO ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ	F9.P1.MI	31/05/2024
		Versión 10	Página 3 de 4

Compromisos / tareas	Responsable(s): Nombre / Cargo o rol	Fechas	
Incluir alimentos fuente de hierro, vitamina A y zinc dentro de la alimentación familiar.	<i>Equipo de Salud y Nutrición</i>	Mes siguiente	
Promover variedad de alimentos y preparaciones en el hogar.	<i>Equipo de Salud y Nutrición</i>	Mes siguiente	
Combinar alimentos ricos en hierro con fuentes de vitamina C para favorecer su absorción	<i>Equipo de Salud y Nutrición</i>	Mes siguiente	
FIRMA ASISTENTES			
Nombre	Cargo o rol / Dependencia	Entidad	Firma
YULY ANDREA FARFAN ENDO	Profesional en salud y nutrición	CORHUELLAS	<i>YOLY ANDREA FARFAN E.</i>
Próxima reunión <i>(en caso de que no se programe próxima reunión diligenciar con N/A)</i>	Fecha	Hora	Lugar
Colaborador que elabora el acta:	YULY ANDREA FARFAN ENDO		

¡Antes de imprimir este documento... piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

 BIENESTAR FAMILIAR	PROCESO MEJORA E INNOVACIÓN FORMATO ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ	F9.P1.MI	31/05/2024
		Versión 10	Página 4 de 4

EVIDENCIAS FOTOGRAFICA



¡Antes de imprimir este documento... piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.



PROCESO
MEJORA E INNOVACIÓN
FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA

FECHA DE
ELABORACIÓN
PÁGINA 1 DE 1
CANTIDAD DE ASISTENTES
TOTAL

ACTIVIDAD: Multivitaminicos FECHA: 08-09-26
HORA INICIAL: 3:30 HORA FINAL: 4:30 LUGAR: VC3 PESCADOR

DEPENDENCIA LIDE: CORPORACION HUELLAS DE AMOR PARA TU VIDA-CORHUELLAS

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	CÉDULA	CARGO	EDAD	REGIONAL	CENTRO ZONAL O DEPENDENCIA	TIPO DE VINCULACIÓN		TELÉFONO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMAS	
							PLANTA	EXTERNA			FE	FE
1	NATALY ROJAS GONZALEZ	1080263066	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3222737783			Nataly Rojas G.
2	YULIANA ASTAIZA SOLANO	1080261993	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3150775968			Yuliana Astaiza S.
3	CARMELINA CAMAYO SISCO	1060101295	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3125550125			Carmelina Camayo
4	YURI JASMIN CHACA HOLGUIN	1062062620	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3138623856			Yuri Jasmin Chaca
5	KAREN DAYANA CRUZ ERAZO	1081405716	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3212927682			Karen Dayana Cruz
6	LUZ DAYANA MORALES CRUZ	1001272103	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	314 3251655			Dayana M.
7	JESSICA LORENA BRAVO GOMEZ	1080263163	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3227024938			Jessica Bravo
8	BLANCA ESTELA ROJAS GONZALEZ	1080261492	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3103169360			Blanca E.R.G
9	DERLY YULIED TINOCO GONZALEZ	1004154189	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3107541353			Derly Gonzalez
10	YASMIN CHAVARRO MOLINA	29658880	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3153681359			Yasmin Chavarro
11	MONICA ALEJANDRA MONTEALEGRE	1080260727	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3506523468			Monica Montalegre M.
12	ANDREA YURANY PAZ MARTINEZ	1080262870	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3228512797			Andrea Yurany P.M.
13	MELANY RINCON GUAR	1004154552	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3144755707			Melany Rincon Guar
14	YEIMI TATIANA VALENCIA MARTINEZ	1004154543	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3134584924			Yeimi Tatiana Valencia
15	ANYI KATHERINE SANCHEZ MONTOYA	1116922936	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3232223241			Katherine Montoya
16	CARMELINA CAMAYO SISCO	1060101295	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3125550125			Carmelina Camayo
17	MARIA MERCEDES BURITICA MORENO	1060263642	AMA DE CASA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA	N/A	N/A	3203638993			

(Antes de imprimir este documento, por favor en el medio ambiente!)

Elaborado por: Monica Montalegre M.

Los datos presentados en este documento son de carácter interno y no deben ser divulgados al público en general.