Lugar	JARDIN PUENTE ARANDA
Fecha	19 de agosto 2026
Tema	ACTA DE PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE
Desarrollo	

Asistentes

Nombre	Cargo/Rol	Dependencia	Firma
Camila Andrea Martinez	Profesional atencion primera		Camila Martinez
Sandra Milena Torres	Aux Administrativa		Sandra Torres
Jaimne Perez Cog	Profesional atencio. infancia		
Luna Galindo	Auxiliar AIPI		
Sulma Londoño	Aux. servicios generales		Sulma
Sandra Mara	Maestra		Sandra Mara
Angelica Castancho	Responsable del servicio		Angelica Castancho

Actividad	Responsable	Fecha límite

Compromisos

1. OBJETIVO

1. OBJETIVO

Promover en los niños y niñas de 0 a 3 años, sus familias y el talento humano del jardín infantil, prácticas relacionadas con estilos de vida saludable, fortaleciendo desde la primera infancia hábitos de alimentación adecuada, actividad física, higiene personal, descanso, hidratación y cuidado de la salud.

2. DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Se realizó una actividad de promoción de estilos de vida saludable, teniendo en cuenta que durante los primeros años de vida se establecen hábitos que contribuyen al crecimiento, desarrollo integral y bienestar de los niños y niñas.

Para facilitar la comprensión de los niños y niñas, se utilizaron estrategias pedagógicas acordes con su edad, como canciones, juegos, imágenes, movimientos corporales y conversaciones sencillas relacionadas con el cuidado del cuerpo y la salud.

3. PARTICIPACIÓN

Durante la actividad se contó con la participación del talento humano del jardín infantil y de los niños y niñas, quienes participaron de acuerdo con sus capacidades y etapa de desarrollo.

Se promovió un ambiente agradable y participativo, permitiendo que los niños exploraran, se movieran y reconocieran, mediante actividades lúdicas, algunas prácticas relacionadas con el cuidado de su cuerpo.

- **4. COMPROMISOS**

Como resultado de la actividad, se establecieron los siguientes compromisos:

1. Continuar promoviendo hábitos de alimentación saludable dentro del jardín infantil.
2. Incentivar diariamente el movimiento y el juego activo de acuerdo con la edad de los niños y niñas.
3. Fortalecer las rutinas de higiene personal y lavado de manos.
4. Promover el consumo adecuado de agua.
5. Mantener rutinas de descanso acordes con las necesidades de cada niño y niña.
6. Fortalecer el acompañamiento afectivo y el bienestar emocional.
7. Compartir con las familias recomendaciones para continuar promoviendo estilos de vida saludable en el hogar.

Durante la jornada se socializaron recomendaciones y prácticas sencillas que pueden implementarse tanto en el jardín como en el hogar:

- **Alimentación saludable:** Se resaltó la importancia de ofrecer alimentos variados y nutritivos, incluyendo frutas, verduras, cereales y alimentos fuente de proteína, de acuerdo con la edad y necesidades de cada niño o niña.

- **Hidratación:** Se promovió el consumo adecuado de agua y se recomendó evitar bebidas con alto contenido de azúcar.

- **Actividad física y movimiento:** Se incentivó el juego activo, los desplazamientos, ejercicios de movimiento, rondas y actividades acordes con la edad, evitando periodos prolongados de inactividad.

- **Higiene personal:** Se reforzó la importancia del lavado frecuente de manos, especialmente antes de comer y después de ir al baño, así como el cuidado de dientes, uñas, cabello y cuerpo.

- **Descanso y sueño:** Se destacó la importancia de establecer rutinas adecuadas de descanso y sueño, fundamentales para el crecimiento, desarrollo y bienestar de los niños y niñas.

- **Cuidado emocional:** Se resaltó la importancia de brindar afecto, seguridad, acompañamiento y espacios de escucha, fortaleciendo vínculos positivos entre los niños, las familias y los cuidadores.

- **Hábitos saludables en familia:** Se invitó a las familias a continuar en casa las prácticas promovidas en el jardín, procurando que los adultos sean ejemplo de hábitos saludables.

5. CONCLUSIÓN

La actividad permitió fortalecer los conocimientos y prácticas relacionadas con la promoción de estilos de vida saludable durante la primera infancia. Se reconoció la importancia del acompañamiento conjunto entre el jardín infantil y las familias para favorecer el crecimiento, desarrollo y bienestar integral de los niños y niñas de 0 a 3 años.

Se concluye que la promoción de hábitos saludables desde edades tempranas contribuye a generar prácticas positivas que pueden mantenerse a lo largo de las diferentes etapas de la vida.