ACTIVIDAD 12

Desarrollar un proceso educativo dando cumplimiento a la Resolución 3280 de 2018 tomando como referencia los documentos: "Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población Colombiana mayor de 2 años" "Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos" desde el aprendizaje significativo, orientado a la promoción de estilos de vida saludables, loncheras saludables, alimentación sana, autocuidado e identificación de riesgos en salud, para la prevención de la malnutrición (desnutrición y obesidad) y de enfermedades cardiovasculares, educando sobre el rotulado nutricional y frontal y la promoción de acciones para mitigar brotes de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

FICHA METODOLOGICA

Eje Estratégico	Eje 4. Atención Primaria en Salud
Línea:	L3 Cuidado de la Salud
Código Cups Actividad	I10403 Sesión Educativa Grupal en Salud
Población Objeto – Curso De Vida	padres, cuidadores y docentes de transición, primero y segundo de primaria, con mínimo 20 asistentes; el curso de vida corresponde indirectamente a niños de 3 a 8 años (primera infancia e infancia) y directamente a adultos encargados de su alimentación.
Meta Producto PTS	Implementación de estrategia de la Atención Primaria en Salud mediante el Plan Intervenciones Colectivas salud de en para seguridad alimentaria y nutricional
Actividad	Desarrollar un proceso educativo dando cumplimiento a la Resolución 3280 de 2018 tomando como referencia los documentos: "Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población Colombiana mayor de 2 años" "Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos" desde el aprendizaje significativo, orientado a la promoción de estilos de vida saludables, loncheras saludables, alimentación sana, autocuidado e identificación de riesgos en salud, para la prevención de la malnutrición (desnutrición y obesidad) y de enfermedades cardiovasculares, educando sobre el rotulado nutricional y frontal y la promoción de acciones para mitigar brotes de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).
Responsable De La Actividad	Equipo del PIC Sabanalarga
Duración De La Actividad	(09) sesiones educativas, cada una con una duración mínima de dos (2) horas acordes a la Resolución 3280 de 2018 y una participación mínima de veinte (20) personas. La convocatoria se realizará tanto en el área urbana y rural (Sabanalarga, Agua Clara, Secreto) Instituciones Educativas y comunidad en general.

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar un proceso educativo dirigido a la población de los territorios priorizados, en cumplimiento de la Resolución 3280 de 2018 y con base en las **Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años** y el **Manual sobre las Cinco Claves para la Inocuidad de los Alimentos**, mediante metodologías de aprendizaje significativo que promuevan estilos de vida saludables, la alimentación adecuada, el autocuidado y la identificación de riesgos en salud, contribuyendo a la prevención de la malnutrición, las enfermedades cardiovasculares y las Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fortalecer los conocimientos de la población sobre los principios de una alimentación saludable, tomando como referencia las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años.
- Promover la adopción de estilos de vida saludables mediante procesos educativos que fomenten hábitos de alimentación sana, actividad física, autocuidado y prácticas protectoras de la salud.
- Sensibilizar a los participantes sobre la importancia de la preparación y el consumo de loncheras saludables como estrategia para favorecer una adecuada nutrición en niños, niñas y adolescentes.
- Desarrollar capacidades para la interpretación del rotulado nutricional y del etiquetado frontal de advertencia de los alimentos, favoreciendo la toma de decisiones informadas para la selección y consumo de productos alimenticios.
- Promover prácticas seguras para la manipulación, preparación, conservación y consumo de alimentos, con base en el Manual sobre las Cinco Claves para la Inocuidad de los Alimentos, contribuyendo a la prevención de brotes de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).
- Sensibilizar a la población sobre los factores de riesgo asociados a la malnutrición en todas sus formas (desnutrición, sobrepeso y obesidad) y a las enfermedades cardiovasculares, fortaleciendo acciones de prevención y promoción de la salud.
- Fomentar la identificación temprana de riesgos relacionados con la alimentación y el estado nutricional, promoviendo la adopción de prácticas saludables en los entornos familiar, educativo y comunitario.

JUSTIFICACIÓN

La promoción de una alimentación saludable y de estilos de vida sanos constituye una estrategia fundamental para la prevención de la malnutrición en todas sus formas (desnutrición, sobrepeso y obesidad), así como de las enfermedades crónicas no transmisibles, especialmente las enfermedades cardiovasculares. En este contexto, los procesos de información, educación y comunicación permiten fortalecer los conocimientos, habilidades y prácticas de la población para la adopción de conductas que favorezcan el autocuidado y la protección de la salud.

El desarrollo de esta actividad se fundamenta en la **Resolución 3280 de 2018**, que establece acciones de promoción de la salud y mantenimiento de la salud, y toma como referencia las **Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años** y el **Manual sobre las Cinco Claves para la Inocuidad de los Alimentos**, documentos que orientan la implementación de estrategias educativas para mejorar los hábitos alimentarios y promover prácticas seguras en la manipulación y consumo de alimentos.

Mediante metodologías de aprendizaje significativo, se fortalecerán las capacidades de los participantes para seleccionar alimentos saludables, preparar loncheras nutritivas, interpretar el rotulado nutricional y frontal de los productos alimenticios, identificar factores de riesgo relacionados con la alimentación y adoptar medidas para prevenir la ocurrencia de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA). Estas acciones favorecen la toma de decisiones informadas y la consolidación de hábitos saludables en los entornos familiar, educativo y comunitario.

RECURSOS	**RECURSOS HUMANOS**	PERSONAL CON MANO DE OBRA NO CALIFICADA.	Logística
		PERSONAL TÉCNICO	Auxiliares de enfermería
		PERSONAL PROFESIONAL	Profesional en Enfermeria

	RECURSOS FISICOS – LOGISTICA		• Carpas institucionales. • Sillas plásticas para la comodidad de los asistentes. • Mesas de apoyo (para registro, exhibición y preparación de recetas). • Manteles higiénicos para las mesas de preparación. • Materia prima e ingredientes frescos de la zona (frutas, verduras, cereales, proteínas). • Tablas acrílicas para picar • Cuchillos de cocina, peladores y ralladores. • ensaladeras y espátulas. • Menaje desechable biodegradable (platos, vasos y cubiertos para la degustación). • Recipientes herméticos tipo portacomidas (como muestra didáctica). • Elementos de protección: cofias desechables, delantales, tapabocas y guantes de nitrilo. • Insumos de bioseguridad: jabón antibacterial, gel y toallas de papel desechables. • Disfraces o accesorios para los personajes "Súper Chatarra" y "Súper Saludable". • Decoración temática alusiva a hábitos saludables y alimentación. • recetario saludable local (para entregar como estímulo). • Ayudas audiovisuales e impresas (carteleras pedagógicas o rotafolios). • Planillas oficiales de asistencia del PIC, encuestas de satisfacción y bolígrafos. • Computador.	• Logística de compras y cadena de frío: Adquisición, transporte higiénico y conservación de los ingredientes frescos y alimentos locales para la práctica. • Operación de montaje y adecuación: Cargue, descargue, distribución de las mesas de cocina y ambientación del espacio para el dramatizado de los personajes. • Logística de canales digitales: Coordinación con el técnico de la alcaldía para el cargue de información y la publicación de los 2 flyers durante los 5 días en Facebook y web oficial. • Logística de convocatoria en territorio: Distribución de invitaciones escritas y articulación directa con los docentes de los grados seleccionados para asegurar la asistencia. • Logística de registro, control y entrega de estímulos: Manejo de la mesa de recepción para la firma de planillas del PIC, aplicación de encuestas de satisfacción y distribución de los recetarios impresos.

METODOLOGÍA DE DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD (fases y cronograma)				
FASE	ACCIONES	FECHA	LUGAR	SOPORTES EVIDENCIAS
Convocatoria	Articulación Escrita: Entrega de invitaciones impresas y personalizadas a los padres de familia y docentes de los grados transición, primero y segundo de primaria, articulando directamente con las instituciones educativas para asegurar un cupo mínimo de 20 asistentes al encuentro presencial.	10 agosto 2026	Institución educativa	Invitaciones.
Programación-alistamiento concertación	Concertación Institucional: Reunión de articulación con los directivos docentes y profesores de transición, 1° y 2° de primaria para definir el lugar, la fecha, la hora del encuentro y coordinar la entrega de las invitaciones escritas.	1 agosto 2026	Institución educativa	Acta de concertación
	Alistamiento Técnico y de Contenidos: Diseño técnico del taller de 3 horas por parte de la profesional en nutrición, estructurando la secuencia didáctica, la incorporación de la Práctica 3 de AIEPI y el guion para la intervención de 15 minutos de los personajes "Súper Chatarra" y "Súper Saludable".	2 agosto 2026	Oficina PIC	Material educativo
	Alistamiento Logístico: Compra y selección de los ingredientes frescos locales, organización del menaje de cocina, los elementos de protección personal (EPP), el vestuario de los personajes y la impresión de los recetarios que se entregarán como estímulo.	20 agosto 2026	N/A	N/A
	• Producción de Medios: Diseño y validación de los dos (2) flyers digitales con el técnico de la alcaldía y grabación del jingle para el perifoneo.	1 agosto 2026	N/A	Flyer
Implementación	La implementación de la estrategia de información en salud orientada a la nutrición saludable se desarrollará mediante la planificación, articulación y ejecución de un (1) encuentro pedagógico–práctico dirigido a padres de familia y docentes de los grados de transición, primero y segundo de primaria. El propósito es promover hábitos alimentarios saludables basados en las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos establecidas por el Ministerio de Salud y Protección Social, con énfasis en el valor nutricional, la reducción del consumo de sal, sodio y azúcares, el incremento del consumo de frutas, así como el fortalecimiento de buenas prácticas de manipulación y conservación de alimentos. Asimismo, la actividad tiene como fin incentivar la preparación de loncheras saludables, fomentando específicamente la Práctica 3 de la Estrategia AIEPI Comunitario, para favorecer una alimentación adecuada en la población infantil. Se realizará nueve encuentros con una duración de dos (2) horas, de carácter teórico–práctico, garantizando una participación mínima de 20 asistentes. La actividad incluirá una estrategia lúdica y	17-18-19 agosto 2026 doble jornada	Sabanalarga-Secreto-Agua Clara	1.Acta de concertación de la actividad con la referente de salud pública del municipio. 2.Metodología aprobada por supervisión. 3.Cronograma de actividades y acta de aprobación. 4.Planillas de asistencia de las actividades con enfoque diferencial, Códigos CUPS y RIPS.

	educativa mediante el dramatizado con dos (2) personajes: *Súper Chatarra* y *Súper Saludable*, con intervenciones de 15 minutos cada uno, para transmitir mensajes claros sobre los efectos de una buena y mala alimentación. Durante la jornada se brindará información sobre alimentación saludable y ofertas de alimentos acordes a las necesidades nutricionales de niños, niñas y adolescentes. Posteriormente, se desarrollará una práctica guiada para la preparación de loncheras saludables, utilizando alimentos de la zona y recetas fáciles, las cuales serán entregadas como estímulo a los participantes. Durante todo el proceso se enseñarán y aplicarán normas de manipulación segura de alimentos.			5.Registro fotográfico de la actividad desarrollada (en medio físico 4 fotos por hoja a color y en medio digital la totalidad de las fotos tomadas). 6.Informe final descriptivo, cualitativo y cuantitativo con análisis estadístico y detallado del impacto de la actividad; que contenga objetivos, meta, descripción de actividades, alcances, resultados, indicadores de producto y conclusiones.
seguimiento y evaluación	Informe final descriptivo, cualitativo y cuantitativo con análisis estadístico y detallado del impacto de la actividad; que contenga objetivos, meta, descripción de actividades, alcances, resultados, indicadores de producto y conclusiones.	01 septiembre 2026	N/A	Informe

Fecha de elaboración	Fecha de Revisión	Fecha de Vo. Bo. Y aprobación de Supervisora
27 julio-2026	**27 julio-2026**	**27-julio-2026**
Juan Gabriel Torres Garcia FIRMA	Deisy Yasmín Rodríguez Olmos FIRMA	 FIRMA
Juan Gabriel Torres Garcia Elaboro. Enfermero Profesional	Deisy Yasmín Rodríguez Olmos Coordinadora Operativa	Yenny Magali Sanabria Merchan Supervisora

Alcaldía de Sabanalarga Casanare	OBJETO: "EJECUTAR LAS ACCIONES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA, ASEGURANDO EL DESARROLLLO DE ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y GESTIÓN DEL RIESGO CONFORME A LOS LINEAMIENTOS DEL PLAN TERRITORIAL DE SALUD (PTS) DEL MUNICIPIO DE SABANALARGA, CASANARE, PARA LA VIGENCIA 2026"	RedSalud NIT.844.004197-2

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

PERIODO: AGOSTO - 2026

NOMBRE PROFESIONAL: Juan Gabriel Torres Garcia **CARGO: Enfermero PIC Sabanalarga** **CONTRATO PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES RSC-CD-1274-2026**

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
	30-jun				1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
Actividad No. 12 -Lugar: Casco Urbano-Sabanalarga Hora: 8:00 am-12:00 pm 1:00 am - 5:00 p.m Responsable: Profesional en Enfermeria-Logistica Cel: 3127892315	Actividad No. 12 -Lugar: Vereda Agua Clara-Secreto Hora: 8:00 am-12:00 pm 1:00 p.m - 5:00 p.m- Responsable: Profesional en Enfermeria-Logistica Cel: 3127892315	Actividad No. 12 -Lugar: Vereda Agua Clara-Secreto Hora: 8:00 am-12:00 pm 1:00 p.m - 5:00 pm Responsable: Profesional en Enfermeria-Logistica Cel: 3127892315				
24	25	26	27	28	29	30
31						

FIRMA RESPONSABLE : Juan Gabriel Torres Garcia **VºBº**

Informe descriptivo del desarrollo de la actividad

INFORME TÉCNICO

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS – PIC 2026

CONTRATO DE SERVICIOS N.° 110.2011.163.2026

DEL 06 DE ABRIL DE 2026

OBJETO: EJECUTAR LAS ACCIONES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA, ASEGURANDO EL DESARROLLO DE ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y GESTIÓN DEL RIESGO CONFORME A LOS LINEAMIENTOS DEL PLAN TERRITORIAL DE SALUD (PTS) DEL MUNICIPIO DE SABANALARGA, CASANARE, PARA LA VIGENCIA 2026.

ENTIDAD EJECUTORA:

RED SALUD CASANARE E.S.E.

SABANALARGA, CASANARE — 2026

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCION 3
OBJETIVO GENERAL 5
OBJETIVOS ESPECÍFICOS 5
JUSTIFICACIÓN 7
METAS 9
POBLACION OBJETO 11
MARCO JURIDICO 13
MARCO TEORICO 16
EJE 4. ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD 19
LÍNEA 3. CUIDADO DE LA SALUD 19
ACTIVIDAD EJECUTADA 20
DESCRIPCION CUALITATITATIVA 22
DESCRIPCION CUANTITATIVA 25
REGISTRO FOTOGRAFICO 34
EVIDENCIAS 36
PORCENTAJE EJECUTADO 36
CONCLUSIONES 38
RECOMENDACIONES 40

INTRODUCCION

En el marco del contrato y como parte del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) 2026, se identificó la necesidad de fortalecer las acciones de promoción de la alimentación saludable y la prevención de riesgos asociados a prácticas inadecuadas de alimentación y manipulación de alimentos en el municipio de Sabanalarga, Casanare.

Esta necesidad se relaciona con la prevención de la malnutrición, incluyendo la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad, así como con los factores de riesgo asociados a enfermedades cardiovasculares y a las Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA). También comprende la importancia de promover decisiones informadas sobre el consumo de alimentos, la preparación de loncheras saludables, el autocuidado y la adecuada manipulación y conservación de los alimentos.

En respuesta, se desarrolló la Actividad N.° 12 – Proceso educativo en alimentación saludable e inocuidad de los alimentos, mediante nueve (9) sesiones educativas, con una duración mínima de dos (2) horas cada una. De acuerdo con los registros de asistencia, tres (3) sesiones contaron con veinte (20) participantes cada una; tres (3), con quince (15); y las tres (3) restantes, con dieciocho (18), para un total de 159 asistencias acumuladas. Por tanto, tres de las nueve sesiones alcanzaron el mínimo previsto de veinte participantes. Esta cifra acumulada corresponde a asistencias y no necesariamente a personas diferentes.

Las intervenciones se desarrollaron en el casco urbano de Sabanalarga y en los centros poblados de Agua Clara y El Secreto, dirigidas a la población participante de los entornos comunitarios y educativos, incluyendo padres de familia y cuidadores.

El proceso tomó como referencia la Resolución 3280 de 2018, las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años y el Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos. Se implementó una metodología participativa y teórico-práctica, orientada al aprendizaje significativo y a la aplicación de los contenidos en situaciones cotidianas.

Durante las sesiones se abordaron temas relacionados con alimentación saludable, estilos de vida saludables, valor nutricional de los alimentos, reducción del consumo de sal y azúcares, consumo de frutas, interpretación del rotulado nutricional y frontal, preparación de loncheras saludables y prácticas de manipulación y conservación de los alimentos para prevenir las ETA.

El alcance de la actividad contempló, además, un enfoque diferencial dirigido a mujeres gestantes, relacionado con la prevención y la identificación del riesgo de malnutrición, la orientación sobre la Ruta Materno Perinatal y el fortalecimiento de conocimientos sobre lactancia materna y alimentación complementaria. El desarrollo y la participación correspondientes a este componente deben describirse conforme a los soportes de ejecución.

Las actividades prácticas de preparación de alimentos saludables, nutritivos y de bajo costo facilitaron la relación entre los contenidos educativos y las posibilidades de alimentación de las familias. Estos espacios promovieron el intercambio de experiencias y la reflexión sobre hábitos que pueden incorporarse en los hogares y en los entornos educativos y comunitarios. De esta manera, el proceso educativo estuvo orientado a fortalecer conocimientos y prácticas de autocuidado, alimentación saludable e inocuidad de los alimentos, como parte de las acciones de prevención de la malnutrición, los factores de riesgo cardiovascular y las Enfermedades Transmitidas por Alimentos en el municipio de Sabanalarga.

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar un proceso educativo en alimentación saludable e inocuidad de los alimentos dirigido a la población del municipio de Sabanalarga, mediante acciones de información, educación y sensibilización que fortalezcan conocimientos y prácticas relacionadas con estilos de vida saludables, autocuidado, adecuada selección, preparación y consumo de alimentos, contribuyendo a la prevención de la malnutrición, las enfermedades cardiovasculares y las Enfermedades Transmitidas por Alimentos **(ETA).**

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fortalecer los conocimientos de la población sobre los principios de una alimentación saludable, promoviendo el consumo de alimentos nutritivos, variados y adecuados para los diferentes cursos de vida.

- Sensibilizar a los participantes sobre la prevención de la malnutrición, incluyendo la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad, así como sobre los factores de riesgo asociados a enfermedades cardiovasculares.

- Promover prácticas adecuadas de manipulación, preparación, conservación y consumo de alimentos, fortaleciendo la aplicación de medidas de inocuidad para prevenir Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

- Orientar a la comunidad sobre la importancia del rotulado nutricional y frontal de los alimentos, fortaleciendo la capacidad para tomar decisiones informadas al momento de seleccionar y consumir productos alimenticios.

- Promover conocimientos sobre alimentación saludable durante la gestación y la lactancia, prevención del riesgo de malnutrición, lactancia materna exclusiva y alimentación complementaria, así como orientar la canalización a la Ruta Materno Perinatal cuando se identifiquen situaciones que lo requieran.

- Promover hábitos de autocuidado y estilos de vida saludables, incentivando la reducción del consumo de sal, sodio y azúcares y favoreciendo el consumo de frutas y otros alimentos saludables.

- Desarrollar actividades educativas, prácticas y participativas que faciliten la apropiación de conocimientos y su aplicación en los entornos familiar, educativo y comunitario.

JUSTIFICACIÓN

La Actividad N.° 12 – Proceso Educativo en Alimentación Saludable e Inocuidad de los Alimentos se desarrolló teniendo como población principal a padres de familia, cuidadores, docentes y comunidad en general del municipio de Sabanalarga, Casanare, reconociendo la importancia de fortalecer desde los entornos familiar, educativo y comunitario los conocimientos y prácticas relacionados con una alimentación sana, segura y adecuada.

La necesidad de realizar esta intervención surgió de la importancia de promover hábitos alimentarios saludables y generar conciencia frente a los factores de riesgo asociados con la malnutrición en sus diferentes formas, incluyendo la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad. Asimismo, se consideró fundamental fortalecer las acciones preventivas frente a enfermedades cardiovasculares y otros riesgos relacionados con prácticas inadecuadas de alimentación, promoviendo el autocuidado y la adopción de estilos de vida saludables.

A su vez, la adecuada selección, preparación, manipulación y conservación de los alimentos constituye un aspecto fundamental para proteger la salud de las personas y prevenir la aparición de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA). Por esta razón, el proceso educativo permitió abordar aspectos relacionados con la inocuidad de los alimentos, las buenas prácticas de manipulación y las medidas que pueden implementarse diariamente en los hogares y demás espacios donde se preparan y consumen alimentos.

En este sentido, la actividad permitió desarrollar acciones educativas de carácter teórico-práctico orientadas a fortalecer conocimientos sobre el valor nutricional de los alimentos, la reducción del consumo de sal, sodio y azúcares, el incremento del consumo de frutas, la interpretación del rotulado nutricional y frontal y la preparación de loncheras saludables. El componente práctico facilitó que los participantes relacionaran los conocimientos adquiridos con situaciones cotidianas y reconocieran alternativas de alimentación saludables, nutritivas y de bajo costo.

De igual manera, el desarrollo de las sesiones en Sabanalarga, Agua Clara y El Secreto permitió acercar la estrategia a población del área urbana y rural, favoreciendo la participación comunitaria y fortaleciendo el papel de padres, cuidadores y docentes como actores fundamentales en la promoción de hábitos saludables, especialmente por su influencia en la alimentación y cuidado de niños y niñas.

De esta manera, la actividad se justificó dentro del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) 2026 como una estrategia de promoción de la salud y prevención del riesgo, orientada al fortalecimiento de conocimientos, capacidades y prácticas relacionadas con la alimentación saludable y la inocuidad de los alimentos, contribuyendo a la prevención de la malnutrición y de las Enfermedades Transmitidas por Alimentos, así como al fortalecimiento del autocuidado y el bienestar de la población del municipio de Sabanalarga.

METAS

1. Desarrollar un proceso educativo en alimentación saludable e inocuidad de los alimentos mediante la ejecución de nueve (9) sesiones educativas, dirigidas a la población del municipio de Sabanalarga, incluyendo sectores del área urbana y rural, con el propósito de fortalecer conocimientos y prácticas que favorezcan una alimentación sana, segura y adecuada.

2. Garantizar que cada sesión educativa cuente con una duración mínima de dos (2) horas y una participación mínima de veinte (20) personas, generando espacios de aprendizaje participativo que permitan abordar de manera integral las temáticas establecidas para la intervención.

3. Fortalecer en los participantes los conocimientos relacionados con la prevención de la malnutrición, incluyendo desnutrición, sobrepeso y obesidad, así como la identificación de factores de riesgo asociados con enfermedades cardiovasculares, promoviendo hábitos de alimentación saludable y autocuidado.

4. Promover conocimientos y prácticas relacionadas con la inocuidad de los alimentos, fortaleciendo la adecuada manipulación, preparación, conservación y consumo de alimentos, con el propósito de prevenir riesgos y disminuir la ocurrencia de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

5. Fortalecer la capacidad de los participantes para tomar decisiones informadas frente a su alimentación, mediante la educación sobre valor nutricional, rotulado nutricional y frontal, reducción del consumo de sal, sodio y azúcares y promoción del consumo de frutas y otros alimentos saludables.

6. Desarrollar actividades teórico-prácticas orientadas a la preparación de alimentos saludables, nutritivos y de bajo costo, incluyendo alternativas de loncheras saludables que puedan ser incorporadas en las prácticas cotidianas de las familias y los entornos educativos.

7. Generar espacios pedagógicos, participativos y de sensibilización que permitan fortalecer el autocuidado y la corresponsabilidad frente a la alimentación, promoviendo que los conocimientos adquiridos durante las sesiones sean aplicados y replicados en los entornos familiar, educativo y comunitario

POBLACION OBJETO

La actividad estuvo dirigida principalmente a padres de familia, cuidadores, docentes y comunidad en general del municipio de Sabanalarga, teniendo en cuenta el papel fundamental que desempeñan en la selección, preparación y suministro de alimentos dentro de los entornos familiar y educativo. En este contexto, se consideró necesario fortalecer sus conocimientos y prácticas relacionadas con la alimentación saludable, la inocuidad de los alimentos, el autocuidado y la prevención de riesgos nutricionales.

De manera particular, la intervención priorizó a padres, cuidadores y docentes vinculados con niños, reconociendo que las decisiones y hábitos de los adultos responsables de su alimentación influyen directamente en la formación de prácticas alimentarias desde edades tempranas. Por esta razón, se promovieron conocimientos relacionados con la preparación de loncheras saludables, el valor nutricional de los alimentos, la reducción del consumo de sal, sodio y azúcares, el consumo de frutas y la adecuada selección de productos alimenticios.

Asimismo, participaron habitantes de los sectores priorizados de Sabanalarga, Agua Clara y El Secreto, permitiendo desarrollar la estrategia tanto en el área urbana como rural. Esta cobertura favoreció el acceso de diferentes grupos de la comunidad a espacios educativos y prácticos orientados al fortalecimiento de hábitos saludables y a la prevención de la malnutrición, incluyendo la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad.

La intervención, por tanto, buscó generar conocimientos no solamente a nivel individual, sino también fortalecer el papel de las familias, cuidadores, docentes y comunidad como agentes multiplicadores de prácticas saludables, contribuyendo a que los aprendizajes adquiridos sobre alimentación, manipulación segura de alimentos y prevención de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA) puedan ser incorporados y replicados en los entornos familiar, educativo y comunitario.

MARCO JURIDICO

Ley 9 de 1979 – Código Sanitario Nacional

Establece medidas sanitarias relacionadas con la protección de la salud y contempla disposiciones aplicables a los alimentos, su procesamiento, almacenamiento, transporte, expendio y consumo. Constituye un referente para las acciones orientadas a prevenir riesgos derivados de la contaminación y manipulación inadecuada de alimentos.

Ley 1355 de 2009 – Obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles

Reconoce la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles asociadas como una prioridad de salud pública y establece medidas dirigidas a promover ambientes y hábitos saludables. En este contexto, respalda las acciones educativas relacionadas con alimentación equilibrada, actividad física y prevención del sobrepeso y la obesidad.

Resolución 2674 de 2013 – Requisitos sanitarios para alimentos

Establece los requisitos sanitarios que deben cumplirse en la fabricación, procesamiento, preparación, envase, almacenamiento, transporte, distribución y comercialización de alimentos. Sus disposiciones constituyen un referente para promover buenas prácticas de manipulación e inocuidad y prevenir Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

Resolución 3280 de 2018 – Rutas Integrales de Atención en Salud

Adopta los lineamientos técnicos y operativos de las Rutas Integrales de Atención para la Promoción y Mantenimiento de la Salud y la Ruta Integral de Atención en Salud para la Población Materno Perinatal. Para esta actividad constituye uno de los principales referentes para desarrollar acciones educativas orientadas a la promoción de hábitos saludables, prevención de riesgos nutricionales, autocuidado y mantenimiento de la salud.

Resolución 810 de 2021 – Etiquetado nutricional y frontal

Establece disposiciones relacionadas con el etiquetado nutricional y frontal de los alimentos envasados o empacados para consumo humano. Su aplicación permite fortalecer los procesos educativos dirigidos a que la población identifique y comprenda la información nutricional disponible en los productos y tome decisiones informadas frente a su alimentación.

Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años

Constituyen uno de los referentes técnicos definidos para el desarrollo de la actividad, orientando la educación alimentaria y nutricional hacia la adopción de hábitos saludables, una alimentación variada y equilibrada y la selección adecuada de alimentos de acuerdo con las necesidades de la población.

Manual sobre las Cinco Claves para la Inocuidad de los Alimentos

Se empleó como referente para fortalecer las prácticas relacionadas con la preparación, manipulación y conservación segura de los alimentos. Sus orientaciones contribuyen a disminuir los riesgos de contaminación y a prevenir la ocurrencia de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

MARCO TEORICO

La alimentación saludable constituye un componente fundamental para el crecimiento, el desarrollo, el mantenimiento de la salud y la prevención de enfermedades a lo largo del curso de vida. Los hábitos alimentarios se construyen a partir de las prácticas familiares, sociales y culturales, por lo que los procesos educativos dirigidos a padres, cuidadores, docentes y comunidad representan una herramienta importante para fortalecer conocimientos y promover decisiones favorables para la salud.

Desde una perspectiva de promoción de la salud y prevención del riesgo, la educación alimentaria y nutricional permite desarrollar capacidades para reconocer la importancia de una alimentación equilibrada, identificar prácticas que pueden afectar el estado nutricional y adoptar comportamientos de autocuidado. En este sentido, la orientación no se limita a indicar qué alimentos consumir, sino que busca que las personas comprendan el valor nutricional de los alimentos y puedan aplicar los conocimientos adquiridos en sus prácticas cotidianas.

La malnutrición comprende diferentes alteraciones relacionadas con una alimentación inadecuada, entre ellas la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad. Estas condiciones pueden presentarse durante diferentes etapas de la vida y relacionarse con hábitos alimentarios poco saludables. Por esta razón, la prevención requiere promover una alimentación variada y equilibrada, disminuir el consumo excesivo de sal, sodio y azúcares e incentivar el consumo de frutas y otros alimentos que contribuyan a una adecuada nutrición.

En este contexto, las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años constituyen un referente para orientar a las familias y comunidades hacia prácticas de alimentación saludable. Su aplicación en los procesos educativos permite acercar las recomendaciones nutricionales a situaciones cotidianas y promover elecciones alimentarias que puedan mantenerse en los hogares, instituciones educativas y demás espacios comunitarios.

De igual manera, la preparación de loncheras saludables representa una estrategia para favorecer una alimentación adecuada durante la infancia. Su planificación debe considerar alimentos nutritivos, variados y apropiados, procurando disminuir la presencia frecuente de productos con alto contenido de azúcares, sodio y otros componentes cuyo consumo excesivo puede afectar la salud. La participación de padres, cuidadores y docentes resulta fundamental, debido a su influencia directa sobre los alimentos que se ofrecen a niños y niñas.

Otro elemento importante corresponde al rotulado nutricional y frontal, el cual brinda información que permite conocer características de los productos alimenticios y apoyar decisiones de consumo. Fortalecer la capacidad de la población para interpretar esta información contribuye a realizar elecciones más conscientes y a reconocer productos que requieren moderación dentro de la alimentación habitual.

La alimentación saludable también debe estar acompañada de condiciones adecuadas de inocuidad de los alimentos. Este concepto comprende las prácticas necesarias para evitar que los alimentos representen un riesgo para la salud durante su preparación, manipulación, almacenamiento, conservación y consumo. La higiene de las manos, utensilios y superficies, la adecuada conservación de los productos y la prevención de la contaminación son aspectos esenciales dentro de este proceso.

Las Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA) constituyen un riesgo asociado al consumo de alimentos o bebidas contaminados. Su prevención requiere fortalecer conocimientos y prácticas de manipulación segura, razón por la cual el proceso educativo tomó como referencia el Manual sobre las Cinco Claves para la Inocuidad de los Alimentos, promoviendo medidas sencillas que pueden ser incorporadas en los hogares y demás espacios donde se preparan alimentos.

EJE 4. ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD

LÍNEA 3. CUIDADO DE LA SALUD

ACTIVIDAD CONTRATADA N.° 12. BRINDAR APOYO EDUCOMUNICACIONAL REQUERIDO PARA DESARROLLAR UN PROCESO EDUCATIVO, dando cumplimiento a la Resolución 3280 de 2018 y tomando como referencia las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años y el Manual sobre las Cinco Claves para la Inocuidad de los Alimentos, orientado a la promoción de estilos de vida saludables, alimentación sana, autocuidado e identificación de riesgos en salud.

La actividad estuvo encaminada a la prevención de la malnutrición, incluyendo desnutrición, sobrepeso y obesidad, así como a la prevención de enfermedades cardiovasculares y Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA). Para ello, se fortalecieron conocimientos relacionados con el valor nutricional de los alimentos, el rotulado nutricional y frontal, la adecuada selección de alimentos y la adopción de prácticas saludables en los entornos familiar, educativo y comunitario.

La estrategia hizo énfasis en los siguientes temas: 1. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. 2. Prevención de la malnutrición, incluyendo desnutrición, sobrepeso y obesidad. 3. Reducción del consumo de sal, sodio y alimentos con alto contenido de azúcares. 4. Promoción del consumo de frutas y alimentos saludables. 5. Preparación de loncheras saludables. 6. Interpretación del rotulado nutricional y frontal. 7. Buenas prácticas de manipulación, preparación y conservación de alimentos. 8. Aplicación de las Cinco Claves para la Inocuidad de los Alimentos. 9. Prevención de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA). 10. Autocuidado e identificación de riesgos relacionados con la alimentación y el estado nutricional.

Para el desarrollo de la estrategia se estableció la realización de nueve (9) sesiones educativas, cada una con una duración mínima de dos (2) horas y una participación mínima de veinte (20) personas, dirigidas a población del área urbana y rural del municipio, incluyendo Sabanalarga, Agua Clara y El Secreto, instituciones educativas, padres de familia, cuidadores y comunidad en general.

El proceso educativo incorporó actividades de carácter teórico-práctico, incluyendo preparaciones saludables, nutritivas y de bajo costo, con el acompañamiento de personal profesional en nutrición y el apoyo logístico requerido para garantizar el adecuado desarrollo de las jornadas. De esta manera, la intervención buscó fortalecer conocimientos y capacidades que pudieran ser aplicados en la vida cotidiana y replicados en los diferentes entornos de la comunidad.

ACTIVIDAD EJECUTADA:

La Actividad N.° 12 – Proceso Educativo en Alimentación Saludable e Inocuidad de los Alimentos se desarrolló mediante la ejecución de nueve (9) sesiones educativas, dirigidas a padres de familia, cuidadores, docentes y comunidad en general de los sectores priorizados del municipio de Sabanalarga. La intervención tuvo como propósito fortalecer conocimientos y prácticas relacionadas con la alimentación saludable, la prevención de la malnutrición, el autocuidado, la inocuidad de los alimentos y la prevención de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

El proceso educativo estuvo a cargo de Estefanía Cuesta Piñeros, nutricionista dietista, con el apoyo de Lina Valeria López Alfonso, chef y tecnóloga en Gastronomía y Arte Culinario, para el componente de preparación de alimentos.

Estefanía Cuesta Piñeros cuenta con experiencia certificada en programas de atención a la primera infancia de la Fundación Bien Estar y ASOMORICHAL. Sus funciones han comprendido valoración y seguimiento nutricional, elaboración de minutas, educación

alimentaria dirigida a familias y cuidadores, capacitación a manipuladores de alimentos y orientación nutricional a mujeres gestantes y lactantes. Esta experiencia se relaciona con los contenidos de alimentación saludable, prevención de la malnutrición e inocuidad abordados en la actividad.

Por su parte, Lina Valeria López Alfonso relaciona en su hoja de vida formación en Gastronomía y Arte Culinario y un diplomado en Gastronomía y Cocina Internacional. Reporta experiencia en preparación y producción de alimentos en Rancho Campestre, en el servicio de cafetería de la Institución Educativa Jorge Eliécer Gaitán y en servicios gastronómicos independientes. Su trayectoria comprende planificación de menús, organización de ingredientes y áreas de trabajo, preparación de alimentos y prácticas de limpieza y desinfección.

Se anexan las hojas de vida y las certificaciones laborales aportadas como soporte de los perfiles del equipo participante. La actividad se desarrolló bajo una metodología teórico-práctica, participativa y educativa, tomando como referencia la Resolución 3280 de 2018, las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años y el Manual sobre las Cinco Claves para la Inocuidad de los Alimentos.

Inicialmente, el profesional responsable realizó una orientación sobre alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, explicando la importancia de mantener una alimentación variada y equilibrada y de fortalecer hábitos que contribuyan al adecuado estado nutricional. Se abordaron aspectos relacionados con la reducción del consumo de sal, sodio y alimentos con alto contenido de azúcares, así como la importancia de incrementar el consumo de frutas y otros alimentos saludables.

De igual manera, se trabajó la prevención de la malnutrición, abordando la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad y su relación con los hábitos alimentarios y los estilos de vida. Se promovió el reconocimiento de factores de riesgo y la adopción de prácticas de autocuidado que puedan incorporarse en la vida cotidiana de los participantes y sus familias.

Durante el componente educativo también se abordó el rotulado nutricional y frontal de los alimentos, orientando a los asistentes sobre la importancia de revisar la información contenida en los productos alimenticios y utilizarla como herramienta para tomar decisiones más informadas al momento de seleccionar los alimentos.

Otro de los componentes centrales correspondió a la inocuidad de los alimentos, fortaleciendo conocimientos sobre buenas prácticas de manipulación, preparación, conservación y consumo. Se explicaron medidas preventivas relacionadas con la higiene de manos, utensilios, superficies y alimentos, así como la importancia de evitar prácticas que puedan favorecer la contaminación y generar Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

Posteriormente, se desarrolló el componente práctico de preparación de alimentos saludables, nutritivos y de bajo costo. Durante este espacio se promovió la participación voluntaria de los asistentes en diferentes momentos de las preparaciones, permitiendo que parte de la población participante pusiera en práctica las orientaciones impartidas por el profesional.

Las personas que intervinieron directamente en las preparaciones participaron en actividades como la selección, organización, combinación y preparación de los alimentos, mientras los demás asistentes acompañaron el ejercicio, observaron el procedimiento y recibieron las orientaciones brindadas durante su desarrollo. De esta manera, el componente práctico permitió complementar los contenidos teóricos mediante una demostración aplicada a situaciones cotidianas.

Durante las preparaciones se reforzaron aspectos relacionados con el lavado adecuado de manos, limpieza de utensilios y superficies, manipulación segura de los ingredientes y conservación de los alimentos, permitiendo relacionar las recomendaciones sobre inocuidad con su aplicación práctica.

De esta manera, la metodología permitió combinar la orientación profesional con ejercicios demostrativos y espacios de participación, favoreciendo la comprensión de los contenidos y brindando herramientas que pudieran ser aplicadas posteriormente en los hogares y demás entornos cotidianos de los participantes.

DESCRIPCION CUALITATITATIVA:

Para la ejecución de la Actividad N.° 12 – Proceso Educativo en Alimentación Saludable e Inocuidad de los Alimentos, se desarrollaron previamente acciones de planeación, concertación, coordinación, alistamiento técnico, convocatoria y organización logística, orientadas a garantizar las condiciones necesarias para la adecuada ejecución de las nueve sesiones educativas.

En primera instancia, se realizó la concertación de la actividad con el equipo del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) y los actores correspondientes, definiendo los territorios, fechas, horarios, población participante y demás aspectos técnicos y operativos necesarios para desarrollar la intervención en Sabanalarga, El Secreto y Agua Clara.

Posteriormente, se realizó el alistamiento técnico y metodológico, estructurando los contenidos que serían abordados durante las sesiones y organizando la secuencia de las actividades teóricas y prácticas. Esta preparación permitió articular los contenidos relacionados con alimentación saludable, prevención de la malnutrición, valor nutricional de los alimentos, rotulado nutricional y frontal, loncheras saludables, inocuidad de los alimentos y prevención de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

De manera complementaria, se efectuó el alistamiento logístico, incluyendo la organización de los espacios, materiales educativos, ingredientes, utensilios, elementos de protección y demás insumos necesarios para el desarrollo de las preparaciones y la adecuada ejecución de cada una de las jornadas.

Como parte de la estrategia de información y convocatoria, se diseñaron piezas comunicativas para divulgar las jornadas y facilitar la participación de la población priorizada. La convocatoria se complementó mediante la articulación directa con los actores de los territorios y entornos educativos involucrados.

Durante el desarrollo de las sesiones se evidenció una participación de los asistentes, quienes no se limitaron a recibir la información suministrada por el profesional, sino que hicieron parte directamente del componente práctico. Los participantes prepararon y cocinaron los alimentos, aplicando durante el ejercicio las recomendaciones explicadas previamente sobre alimentación saludable, selección de ingredientes, higiene, manipulación y conservación adecuada de los alimentos.

El componente práctico permitió que los asistentes pusieran en práctica los conocimientos adquiridos mediante la elaboración de preparaciones saludables, nutritivas y de bajo costo, incluyendo alternativas para loncheras saludables. Durante estos espacios se promovió el uso de alimentos de fácil acceso y disponibles en la zona, buscando que las preparaciones pudieran ser replicadas posteriormente en los hogares.

Mientras se realizaban las preparaciones, el profesional acompañó y orientó a los participantes, reforzando aspectos relacionados con el lavado adecuado de manos, limpieza de utensilios y superficies, manejo de los ingredientes, prevención de la contaminación de los alimentos y demás prácticas necesarias para disminuir el riesgo de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

Esta metodología permitió desarrollar un proceso de aprendizaje mediante la práctica, en el cual los asistentes tuvieron la oportunidad de cocinar, preparar, combinar alimentos, realizar preguntas y resolver inquietudes directamente durante el ejercicio. De esta manera, los contenidos teóricos fueron relacionados con actividades propias de la vida cotidiana, facilitando su comprensión y posterior aplicación en los hogares.

En términos generales, la metodología implementada favoreció el aprendizaje significativo, al combinar la orientación profesional con la participación directa de la comunidad en las preparaciones. Los asistentes fueron protagonistas del proceso educativo, fortaleciendo no solamente sus conocimientos, sino también habilidades prácticas para seleccionar, manipular y preparar alimentos de manera saludable y segura.

DESCRIPCION CUANTITATIVA

Descripción cuantitativa de la participación por sexo

En las nueve (9) sesiones de la Actividad N.° 12 se registraron ciento cincuenta y nueve (159) asistencias, de las cuales ciento veinticinco (125) correspondieron a mujeres, equivalentes al 78,62 %, y treinta y cuatro (34) a hombres, correspondientes al 21,38 %.

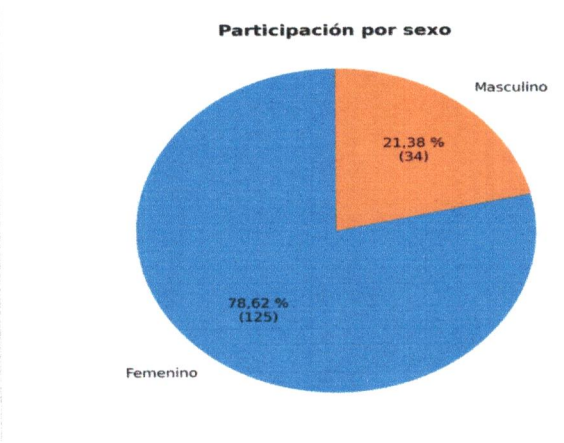
Se observó una mayor participación femenina en el proceso educativo. La asistencia de mujeres y hombres permitió orientar a ambos grupos sobre alimentación saludable, preparación de loncheras, autocuidado, manipulación segura de alimentos y prevención de la malnutrición y de las Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

Tabla 1

Distribución de las asistencias por sexo

Sexo	Asistencias registradas	Porcentaje
Femenino	125	78,62 %
Masculino	34	21,38 %
Total	**159**	**100 %**

Figura 1



Descripción cuantitativa de la participación por ubicación

De acuerdo con las planillas de asistencia de las nueve (9) sesiones educativas, se registró una participación total de 159 asistentes, distribuidos entre el casco urbano de Sabanalarga y los centros poblados de El Secreto y Agua Clara.

Las tres primeras sesiones, desarrolladas en Sabanalarga, registraron 20 participantes cada una, para un total de 60 asistentes, equivalentes al 37,7 % de la participación total.

Las sesiones 4, 5 y 6, realizadas en el Centro Poblado El Secreto, registraron 15 participantes en cada jornada, consolidando 45 asistentes, correspondientes al 28,3 % del total.

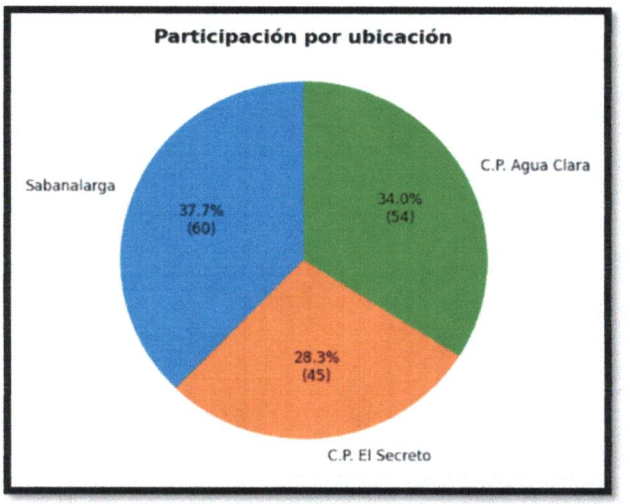
Finalmente, las sesiones 7, 8 y 9, desarrolladas en el Centro Poblado de Agua Clara, contaron con 18 participantes cada una, para un total de 54 asistentes, equivalentes al 34,0 % de la participación.

La distribución evidencia participación de población tanto del área urbana como rural, con mayor número de registros en Sabanalarga. En conjunto, los centros poblados de El Secreto y Agua Clara concentraron 99 asistentes (62,3 %), mientras que Sabanalarga representó 60 asistentes (37,7 %).

Tabla 2

Ubicación	Asistencias registradas	Porcentaje
Sabanalarga	60	37,74 %
El Secreto	45	28,30 %
Agua Clara	54	33,96 %
Total	**159**	**100 %**

Figura 2



Descripción cuantitativa de la participación según EPS

En la Actividad N.° 12 se registraron ciento cincuenta y nueve (159) asistencias. De estas, sesenta y tres (63) correspondieron a personas afiliadas a Capresoca, equivalentes al 39,62 %; cincuenta y una (51) a Nueva EPS, correspondientes al 32,08 %; treinta y tres (33) a Sanitas, equivalentes al 20,75 %; tres (3) a Proteger, correspondientes al 1,89 %; y nueve (9) al FOMAG, equivalentes al 5,66 %.

La mayor proporción de asistencias correspondió a personas afiliadas a Capresoca, seguida de Nueva EPS y Sanitas. Esta distribución permitió caracterizar la afiliación en salud de la población participante en el proceso educativo sobre alimentación saludable e inocuidad de los alimentosLa distribución fue la siguiente.

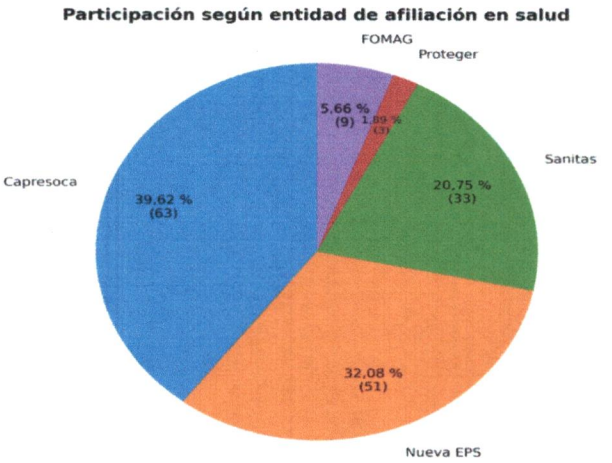
Tabla 3

Distribución de participantes según entidad promotora de salud

Entidad	Asistencias registradas	Porcentaje
Capresoca	63	39,62 %
Nueva EPS	51	32,08 %
Sanitas	33	20,75 %
Proteger	3	1,89 %
FOMAG	9	5,66 %

Entidad	Asistencias registradas	Porcentaje
Total	159	100 %

Figura 3



Descripción cuantitativa de la participación por rango de edad

En la Actividad N.° 12 se registraron ciento cincuenta y nueve (159) asistencias. La mayor proporción correspondió a la adultez, con ochenta y una (81), equivalentes al 50,94 %, seguida de la juventud, con treinta y seis (36), correspondientes al 22,64 %, y las personas mayores, con veintiuna (21), equivalentes al 13,21 %.

La infancia y la adolescencia registraron nueve (9) asistencias cada una, correspondientes al 5,66 % por grupo. Por su parte, la primera infancia presentó tres (3) asistencias, equivalentes al 1,89 %.

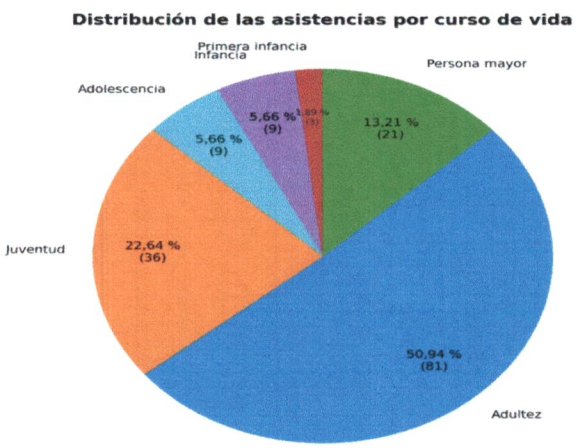
Esta distribución refleja la participación de diferentes cursos de vida, con predominio de la población adulta. El proceso educativo permitió abordar la alimentación saludable, el autocuidado y la manipulación segura de los alimentos, promoviendo prácticas aplicables en los entornos familiares y comunitarios.

Tabla 4

Distribución de participantes por rango de edad

Curso de vida	Rango de edad	Asistencias registradas	Porcentaje
Primera infancia	0 a 5 años	3	1,89 %
Infancia	6 a 11 años	9	5,66 %
Adolescencia	12 a 17 años	9	5,66 %
Juventud	18 a 28 años	36	22,64 %
Adultez	29 a 59 años	81	50,94 %
Persona mayor	60 años o más	21	13,21 %
Total		**159**	**100 %**

Figura 4



Descripción cuantitativa de la participación según régimen de afiliación

En la Actividad N.° 12 se registraron ciento cincuenta y nueve (159) asistencias, de las cuales ochenta y siete (87) correspondieron al régimen contributivo, equivalentes al 54,72 %; sesenta y tres (63) al régimen subsidiado, correspondientes al 39,62 %; y nueve (9) al régimen de excepción del FOMAG, equivalentes al 5,66 %.

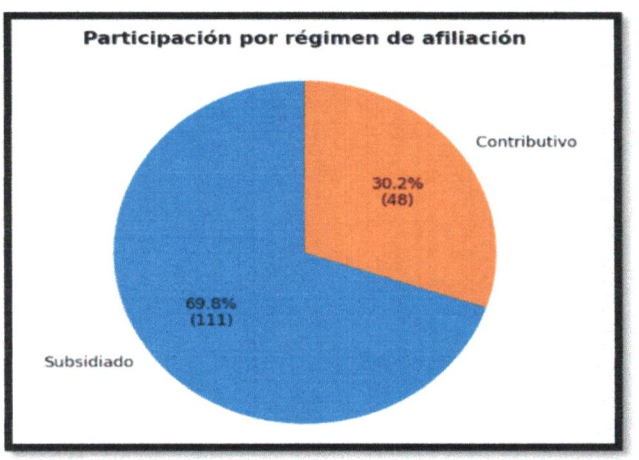
La mayor proporción de asistencias correspondió al régimen contributivo, seguido del subsidiado y del régimen de excepción. Esta distribución permitió caracterizar la afiliación en salud de la población participante en el proceso educativo sobre alimentación saludable e inocuidad de los alimentos.

Tabla 5

Distribución de participantes según régimen de afiliación

Régimen de afiliación	Asistencias registradas	Porcentaje
Contributivo	87	54,72 %
Subsidiado	63	39,62 %
Excepción — FOMAG	9	5,66 %
Total	**159**	**100 %**

Figura 5



REGISTRO FOTOGRAFICO

ACTIVIDAD N° 12: Desarrollar un proceso educativo dando cumplimiento a la Resolución 3280 de 2018 tomando como referencia los documentos: "Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población Colombiana mayor de 2 años" "Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos".



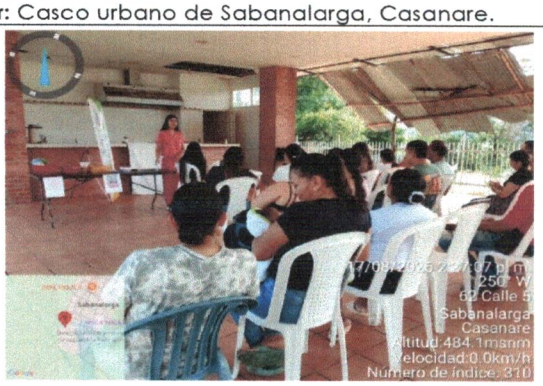
Descripción: Desarrollo del componente educativo sobre alimentación saludable, con orientación del equipo facilitador a los participantes.
Entorno: Comunitario.
Fecha: 17/08/2026.
Lugar: Casco urbano de Sabanalarga, Casanare.



Descripción: Distribución de preparaciones alimentarias entre los asistentes durante la jornada (Muffins de banano)
Entorno: Comunitario.
Fecha: 17/08/2026.
Lugar: Casco urbano de Sabanalarga, Casanare.



Descripción: Entrega de bebidas a los participantes como parte del apoyo logístico del encuentro.
Entorno: Comunitario.
Fecha: 17/08/2026.
Lugar: Casco urbano de Sabanalarga, Casanare.



Descripción: Orientación de la nutricionista Estefanía Cuesta Piñeros durante el proceso educativo en alimentación saludable.
Entorno: Comunitario.
Fecha: 17/08/2026.
Lugar: Casco urbano de Sabanalarga, Casanare.



Descripción: Desarrollo del componente educativo sobre alimentación saludable, con orientación del equipo facilitador a los participantes.
Entorno: Comunitario.
Fecha: 17/08/2026.
Lugar: Casco urbano de Sabanalarga, Casanare.



Descripción: Distribución de preparaciones alimentarias entre los asistentes durante la jornada (Muffins de banano, emparedado y parfait de yogurt griego y kéfir)
Entorno: Comunitario.
Fecha: 17/08/2026.
Lugar: Casco urbano de Sabanalarga, Casanare.



Descripción: Participación de los asistentes en la preparación de alimentos (emparedados saludables) bajo el acompañamiento de la chef Lina Valeria López Alfonso.
Fecha: 18/08/2026
Lugar: Centro poblado el secreto



Descripción: Orientación de la nutricionista Estefanía Cuesta Piñeros durante el proceso educativo en alimentación saludable (Parfait de yogur griego y kéfir)
Fecha: 18/08/2026
Lugar: Centro poblado el secreto

ACTIVIDAD N° 12: Desarrollar un proceso educativo dando cumplimiento a la Resolución 3280 de 2018 tomando como referencia los documentos: "Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años" "Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos".



Descripción: Presentación de las preparaciones elaboradas durante el componente práctico, con acompañamiento de la chef.
Fecha: 18/08/2026
Lugar: Centro poblado el secreto



Descripción: Acompañamiento de la chef a los participantes durante la elaboración de las preparaciones alimentarias (emparedados saludables)
Fecha: 18/08/2026
Lugar: Centro poblado el secreto



Descripción: Cierre del encuentro educativo y presentación grupal de las preparaciones elaboradas durante la jornada.
Fecha: 19/08/2026
Lugar: Centro poblado Aguaclara



Descripción: Desarrollo del componente teórico del taller sobre alimentación saludable, con participación de la comunidad.
Fecha: 19/08/2026
Lugar: Centro poblado Aguaclara

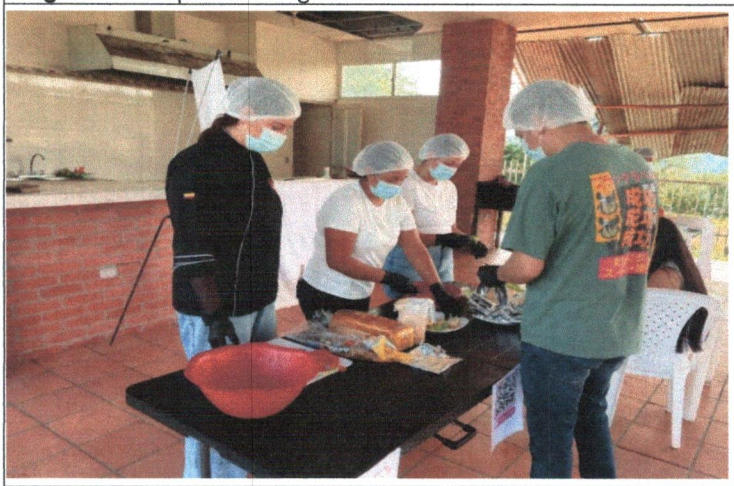
ACTIVIDAD N° 12: Desarrollar un proceso educativo dando cumplimiento a la Resolución 3280 de 2018 tomando como referencia los documentos: "Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años" "Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos".



Descripción: Espacio de diálogo y orientación sobre alimentación saludable entre la facilitadora y los asistentes.
Fecha: 19/08/2026
Lugar: Centro poblado Aguaclara



Descripción: Presentación de las preparaciones elaboradas durante la jornada por parte del equipo facilitador.
Fecha: 19/08/2026
Lugar: Centro poblado Aguaclara



Descripción: Registro de cierre con los participantes y las preparaciones realizadas durante el encuentro educativo.
Fecha: 17/08/2026
Lugar: Casco urbano de Sabanalarga



Descripción: Ejercicio práctico de preparación de alimentos, con acompañamiento de la chef y participación de los asistentes.
Fecha: 17/08/2026
Lugar: casco urbano de Sabanalarga

EVIDENCIAS

- Acta de concertación de la actividad
- Actas de concertación y aprobación del tipo de material educativo e insumos requeridos
- Acta de entrega de material educativo e insumos requeridos
- El material didáctico y audiovisual como apoyo educomunicacional con la aprobación de la Supervisión.
- Planillas de asistencia de las nueve (9) sesiones, con hora de inicio y fin (mínimo veinte (20) participantes por sesión), y cruce de personas únicas.
- Registro fotográfico por actividad (mínimo de 8 - 15 fotografías con la georeferenciación, tomadas de diferentes ángulos y donde se evidencie claramente el desarrollo de las acciones)
- Registro videográfico, ficha metodológica aprobada previamente por la supervisión y cronograma de sesiones con las cuatro (4) prácticas.
- Encuesta de satisfacción con muestra representativa, planilla de entrega de folletos y ejemplar del folleto, soportes del personal, remisiones a la Ruta Materno Perinatal y certificación de cumplimiento de la coordinadora operativa.

PORCENTAJE EJECUTADO

Tabla 7

Cumplimiento de la actividad contratada

ACTIVIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD CONTRATADA	CANTIDAD EJECUTADA	PORCENTAJE EJECUTADO
12.Brindar apoyo educomunicacional requerido para Desarrollar un proceso educativo dando cumplimiento a la Resolución 3280 de 2018 tomando como referencia los documentos: "Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población Colombiana mayor de 2 años" "Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos" desde el aprendizaje significativo, orientado a la promoción de estilos de vida saludables, loncheras saludables, alimentación sana, autocuidado e identificación de riesgos en salud, para la prevención de la malnutrición (desnutrición y obesidad) y de enfermedades cardiovasculares, educando sobre el rotulado nutricional y frontal y la promoción de acciones para mitigar brotes de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA). La actividad incorporará un enfoque diferencial dirigido a mujeres gestantes, con el fin de promover la prevención de la obesidad y la gestión del riesgo de malnutrición, mediante la	Proceso educativo	1	1	100%

activación de la Ruta Materno Perinatal, contribuyendo a la disminución de la morbilidad perinatal y al fortalecimiento de habilidades para la lactancia materna exclusiva, complementaria y la alimentación saludable. Dirigida a la población en todos los ciclos de vida, en el entorno comunitario y educativo (tiendas escolares, padres de familia y cuidadores, entre otros). Para el desarrollo de la estrategia se deben garantizar mínimo nueve (09) sesiones educativas, cada una con una duración mínima de dos (2) horas acordes a la Resolución 3280 de 2018 y una participación mínima de veinte (20) personas. La convocatoria se realizará tanto en el área urbana y rural (Sabanalarga, Aguaclara) Instituciones Educativas y comunidad en general. Realizar la ficha metodológica donde se describa claramente y de una manera técnica el desarrollo de la actividad, la cual debe ser concertada y aprobada por la supervisión de manera previa al desarrollo de estas. Para el proceso educativo se debe crear un cronograma de sesiones, indicando como mínimo cuatro (4) actividades prácticas de preparaciones saludables, nutritivas y de bajo costo. En dicha actividad debe haber un experto en preparación de alimentos y con el apoyo del Nutricionista con el fin de brindar en la marcha toda la				

información pertinente a la comunidad. Para cada encuentro se entregará material informativo tipo folleto con información acorde a las temáticas establecidas en la intervención, a cuatro tintas y en papel propalcote. Para el desarrollo de los encuentros se debe contar con la logística requerida, se debe garantizar un profesional en nutrición quien ejecutara la actividad, con el liderazgo del coordinador operativo y si se requiere el apoyo del equipo básico territorial. La actividad incluye la logística operativa como papelería, insumos, sonido, ambientación, materiales, recursos audiovisuales y didácticos, profesional en nutrición, convocatoria, material educativo - folletos y demás requeridos. La actividad debe ser desarrollada de acuerdo con el anexo técnico, concertación con el municipio y metodología aprobada.				