



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

## FORMATO CONSTRUCCIÓN DE ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN (IEC) EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE (EVS)

1. DATOS GENERALES
<b>Fecha:</b> 9/07/2019
<b>Nombre del proyecto/servicio/localidad:</b>  Proyecto 1113 Por una ciudad incluyente y sin barreras. Atención integral a niños niñas y adolescentes con discapacidad Centro Crecer Usaquén.
<b>Personas asignadas para la construcción de la estrategia IEC:</b>  Equipo profesional "Centro crecer Usaquén"
2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA
<b>Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable:</b>  El personal profesional asignado para el acompañamiento en tiempos de comida y en cumplimiento de la actividad de control de ingesta por observación directa durante refrigerios y almuerzo, evidenció en los participantes del centro crecer Usaquén, baja aceptación para ingesta de lácteos, frutas y verduras, alto descomide (alimentos no consumidos) de los mismos durante los diferentes tiempos de comida y bajo agrado en toma de jugos, requiriendo apoyo verbal (insistencia y motivación) y corporal (mano sobre mano) para el consumo de estos.  Adicionalmente el tamizaje nutricional realizado en el mes de mayo de 2018 donde se evaluaron 48 participantes, arrojó los siguiente resultados: <ul style="list-style-type: none"><li>- 6 Obesidad (12.5%)</li><li>- 9 Sobrepeso (18,8%)</li><li>- 2 delgadez (4%)</li><li>- 6 en riesgo de delgadez (12,5%)</li><li>- 25 con peso adecuado (52%)</li></ul> Observando que el 48% de la población atendida presenta alguna alteración en su estado nutricional, con mayor presencia de exceso de peso (31%) causada posiblemente por lo observado en el consumo de alimentos en los diferentes tiempos de comida por parte de los participantes, específicamente, frente al rechazo de frutas y verduras ofrecidas en el centro crecer. <b>Grupo/s interactivo/s:</b> Niños, Niñas y Adolescentes del Centro crecer Usaquén, familias, docentes del servicio.



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

## 2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA

### Identificación participativa de la necesidad:

Teniendo en cuenta lo observado en el diagnóstico, con relación a la baja ingesta de los alimentos ofrecidos en el centro crecer, el equipo de profesionales evidencia la necesidad de fomentar, propiciar y mejorar el la ingesta de los alimentos críticos a través de la implementación de una estrategia que incluya a todos los grupos interactivos y motive a la inclusión de estos alimentos en casa.

### Entornos:

Individual:  Familiar:  Institucional :  Comunitario :

### Tema:

Selección adecuada de alimentos

## 3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

### Alcance de la estrategia IEC:

La estrategia parte desde la identificación las necesidades de los niños, niñas y adolescentes del centro crecer, Usaquén hasta la construcción e implementación de una estrategia dirigida a motivar la adecuada selección de alimentos por parte de los participantes y sus familias.

### Objetivos:

Los grupos interactivos lograrán:

### Información:

- Reconocer la importancia de la selección adecuada oportuna y suficiente de alimentos que contribuyan a la implementación de estilos de vida saludable.

### Educación:

- Distinguir los alimentos que hacen parte de una dieta equilibrada, saludable y nutritiva de aquellos que por su composición y origen pueden ser nocivos para la salud.

### Comunicación:

- Proponer platos saludables a través la selección adecuada de alimentos

### Descripción de las acciones de información, educación y comunicación a desarrollar:



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

### 3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

**En información:**

La base fundamental para el desarrollo de esta estrategia es el documento de las Guías Alimentarias Basadas en alimentos que representan los grupos de alimentos a través del Plato saludable de la familia colombiana.

**En educación:** Construir un proceso que articula experiencias de elaboración, juego y diálogo de saberes a través de diferentes fases que involucran a los niños, niñas, adolescentes, padres y madres de familia, en la adquisición de conocimientos, desarrollo de habilidades, destrezas y hábitos saludables de selección de alimentos, que permitan a los participantes desarrollar el cuidado de su salud y la de su familia.

El juego es en sí mismo, es una actividad motivadora y divertida, por ende la propuesta de aprendizaje relacionado o asociado al mismo tiene altas probabilidades de éxito

Adicionalmente el diseño e implementación de experiencias articuladas a la elaboración manual de un juego y aplicación del mismo con familias y diferentes actores, proporcionarán los conocimientos y habilidades necesarios en la adquisición de las bases para lograr estilos de vida saludable en casa.

**En comunicación:** A través del compartir de un juego lúdico, se llevan a cabo acciones que motiven el establecimiento de compromisos por parte de las familias sobre la selección de los alimentos saludables en su cotidianidad.

**Mensaje:**

Eligiendo mejor los alimentos, tu salud lo agradecerá.

**Herramienta pedagógica: “ PLATO A LA CARTA ”**

NOMBRE DE LA HERRAMIENTA	DESCRIPCIÓN	JUSTIFICACIÓN	RECURSOS	CRONOGRAMA PARA EL DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN
“Plato a la carta”	Herramienta lúdica pedagógica que se desarrolla a través de dos fases:  Fase 1. Taller de construcción del juego: los profesionales de educación especial y artes plásticas elaboran con los niños, niñas y adolescentes del	Nuestra herramienta tiene como objetivo impulsar una propuesta integradora para la promoción de hábitos de alimentación saludable, a través del proceso de articulación de experiencias de elaboración, juego y diálogo de saberes.	- Retablos en MDF - Vinilo de colores amarillo, azul naranja, rojo, blanco, verde, morado. - Porcelanicon - Oleo - Espátulas del moldeo. - Colbón - Pinceles	Fases proyectadas:  <u>Conformación del equipo:</u> reunión con el equipo profesional en la cual se socializó el resultado del tamizaje nutricional y del seguimiento a control de ingesta en los tiempos de comida. <u>Lectura de necesidades:</u> de junio de 2018. <u>Estructura metodológica</u> De acuerdo a las habilidades y destrezas de tipo motor fino de los NNA y con el fin de una participación del 100 % de ellos se determina la



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

### 3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

	<p>centro crecer Usaquéen cartas de alimentos. Fase 2. Desarrollo del juego. Implementación del juego con los diferentes grupos interactivos.</p> <p>Consta de 125 cartas elaboradas en retablos que contienen figuras de alimentos en 3D y tamaño similar al real. Estas cartas están elaboradas en los mismos colores que corresponden a los grupos de alimentos del plato saludable de la familia colombiana, para ser identificados.</p>	<p>En la fase 1, los niños, niñas y adolescentes participan en el taller para la elaboración del material manipulativo. En este espacio pedagógico se articulan de manera simultánea, la elaboración de las cartas de alimentos, con el diálogo sobre sus características.</p> <p>En la fase 2, se realiza un proceso de apropiación y refuerzo de los saberes con los diferentes grupos interactivos, a través del juego con las cartas de alimentos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papel higiénico</li> <li>- Icopor</li> <li>- Tijeras</li> </ul> <p>Bajo técnicas de modelado con porcelanicron, plastilina y técnica mache técnicas directamente relacionadas con el tipo de habilidad y funcionalidad de los NNA del centro crecer para la elaboración del material</p>	<p>técnica mache como la estrategia para la elaboración de los elementos tridimensionales que conforman el plato a la carta, se realizó la semana 4 de agosto y 1 de septiembre. Para la consecución de recursos y materiales se contó con la colaboración de los profesionales que conforman el equipo en el centro crecer Usaquéen.</p> <p>EL diseño y construcción de los recuadros se realizó durante la 2°.3° y 4° semanas de septiembre 2018.</p> <p>Diligenciamiento del Formato de construcción de la estrategia de información. 4, 5,8 y 9 octubre 2018.</p> <p><u>Validación</u> con los participantes del servicio: 9 de octubre y con padres de familia el 30 de octubre de 2018</p>
--	--	--	---	--

### 4. EVALUACIÓN

Se aplicara un test inicial y un test final. Se realizara un proceso de registro de los resultados para su análisis.

#### **Elaborado por: Equipo profesional Centro crecer Usaquéen:**

Paola Gutiérrez - Psicóloga.  
Diana Martínez - Tallerista Danzas.  
Ema Acero V. - Tallerista Plástica  
Viviana Cortés. -T. Ocupacional  
Jenny Parra – Enfermera  
Sandra López - Fonoaudióloga  
Gilberto Durán - Ed. Físico  
Tatiana Pasachoa - Trabajo social  
Juan Carlos Coronado - Ed. Especial  
Olga R. García - Ed. Especial  
Luz Marina Salcedo - Nutricionista

#### **Asesoría técnica:**

Ana Julieta Pulido Serrano, Patricia Andrea Aguiar Guzmán. Nutricionistas Dietistas.  
Equipo IEC. Subdirección de Nutrición