



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

FORMATO CONSTRUCCIÓN DE CARTILLA PARA PADRES SOBRE INTRODUCCION DE ALIMENTACION COMPLEMENTARIA

Este documento tiene como fin desarrollar una guía para la elaboración de una cartilla para padres donde se brinde información, educación y comunicación respecto a la introducción de la alimentación complementaria en niños y niñas entre los seis y doce meses de edad, que se encuentren en alguno de los programas de la SDIS.

1. DATOS GENERALES

Fecha: 06/05/2019

Nombre del proyecto/servicio/localidad:

Subdirección de nutrición, Proyecto Bogotá te nutre.

Personas asignadas para la construcción de la estrategia IEC:

Luz Stella Hidalgo. Nutricionista Dietista. Referente técnico. Subdirección de Nutrición

Patricia Aguiar. Nutricionista Dietista. Equipo IEC Subdirección de Nutrición

Para la implementación de la cartilla lo harán los profesionales de SDIS de algunos programas como creciendo en familia y jardines infantiles.

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA

Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable:

De acuerdo con los datos obtenidos por la Encuesta de la Situación Nutricional de Colombia, ENSIN 2015, en los niños y niñas menores de cinco años se observa un retraso en talla del 10.8 %, lo que equivale a una disminución en dos puntos comparado con los datos de ENSIN 2010; la desnutrición aguda (indicador P/T) está en 2,3 %, aumento de dos puntos con relación a la encuesta del 2010, y la desnutrición global (indicador P/E) se encuentra estable en 3.7 %.

También se observó que el inicio temprano de lactancia materna se presenta en el 72.7% de los niños recién nacidos, la prevalencia de lactancia materna exclusiva en menores de seis meses es de 36.1 % y la lactancia materna continua en menores de un año es de 32.5 %, disminuyendo en comparación a los datos anteriores. Para los niños entre los 6 y 23 meses de edad se observó que solamente el 36.5 % cumple con una dieta mínima aceptable para esa edad.

Por parte de la Secretaria de Integración Social, dentro de la ruta de atención integral a niños y niñas menores de 5 años con desnutrición aguda moderada y severa, se observó que varios de estos niños, especialmente menores de 2 años, presentaron dificultades en el momento de iniciar la alimentación complementaria; algunos motivos son de tipo económico, otros por creencias, mitos o recomendaciones erróneas al momento de iniciarla y ofrecerla.



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA

Por lo anterior, se hizo necesario revisar la literatura a nivel mundial sobre el tema de introducción de alimentación complementaria. En el año 2017 se publicaron las guías de ESPGHAN, así como las de AAP, también salió la publicación de la guía colombiana para la alimentación de niños menores de 2 años. Con esta información se desarrolló el protocolo de introducción de alimentación complementaria por parte de la subdirección de nutrición de SDIS.

Para lograr una adecuada socialización de este protocolo, se piensa en una cartilla para padres y/o cuidadores de niños entre 6 y 12 meses de edad, de los servicios que presta la SDIS y así lograr efectos benéficos a largo plazo en su crecimiento y desarrollo. También se busca que los padres lo puedan hacer teniendo en cuenta sus antecedentes culturales, sociales y económicos.

Grupo/s interactivo/s:

Padres y cuidadores de niños y niñas entre los seis y doce meses de edad, momento en que se inicia y desarrolla la alimentación complementaria

Identificación participativa de la necesidad:

Partiendo de la identificación de niños y niñas a través de la ruta integral de atención desnutrición aguda en niños y niñas menores de 5 años de la SDIS, se evidencia la importancia de fortalecer el tema de alimentación complementaria, teniendo en cuenta que los padres y/o cuidadores de los niños entre seis y doce meses de edad presentan bastantes dudas frente al inicio adecuado de la alimentación complementaria. A través de los casos identificados, se observa que hay desconocimiento de que alimentos usar y en qué edad brindarlos, en otras ocasiones, la información ofrecida por el personal de salud no es completa o es errónea y genera en muchos casos confusión. También se observa que los padres, presentan temores frente a las texturas de la alimentación desde los 6 meses, manteniendo la práctica ofrecer alimentos líquidos, con bajo aporte nutricional.

Lo anterior sugiere buscar una alternativa que llegue a los padres y/o cuidadores con información sencilla y clara que se pueda poner en práctica en su cotidianidad para el inicio adecuado de la alimentación complementaria. Adicionalmente esta alternativa, puede ser útil para los profesionales de nutrición y salud, en sus actividades con los padres de familia.

Entornos: Individual , Familiar , Institucional, , Comunitario

Tema:

Introducción de alimentación complementaria

3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

Alcance de la estrategia IEC:

Desde el diseño de una cartilla para padres de niños y niñas menores de 1 año sobre la introducción de alimentación complementaria, basada en el Protocolo Introducción de Alimentación Complementaria, hasta la socialización de la misma dentro de espacios de encuentro con los padres y madres y su inclusión en la caja de herramientas de la subdirección de nutrición



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

Objetivos:

Información:

- Conocer la importancia de la alimentación complementaria durante el primer año de vida.
- Explicar la forma adecuada de introducir los diferentes alimentos teniendo en cuenta la alimentación perceptiva.

Educación:

- Comprender porque se realiza la introducción de alimentos a partir del sexto mes de vida y cómo influye en el desarrollo y crecimiento adecuado de un niño hasta su primer año de edad

Comunicación:

- Aplicar de manera consciente la guía para la introducción de alimentación complementaria a partir del sexto mes de vida.

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

En información: Se toma como base el protocolo de introducción de alimentación complementaria aprobado por la SDIS, como documento guía para el proceso de introducción a la alimentación complementaria a partir del sexto mes de vida. Este protocolo contiene los conceptos actuales a nivel mundial y nacional, sobre la introducción de la alimentación complementaria y las recomendaciones básicas para llevar a cabo este proceso. El protocolo está diseñado para los profesionales de la SDIS, por lo tanto es la base técnica fundamental para el desarrollo de la presente cartilla dirigida a los padres de familia.

En educación: Aprender haciendo, construir creencias sobre los beneficios de introducir de manera adecuada la alimentación complementaria y continuar con la lactancia materna hasta los dos años y mas. Lo cual ayuda a eliminar conceptos erróneos, mitos y creencias sobre alimentación complementaria.

En comunicación: No solo leer y explicar la cartilla, realizar talleres sobre elaboración de recetas, tamaño de porciones, grupos de alimentos, por ejemplo y propiciar encuentros donde los padres compartan estas creencias y sus experiencias frente a este tema.

Mensaje/s:

De los 6 meses al año, el inicio ideal. Alimentación complementaria

“Alimentos que hacen niños saludables y fuertes”

“Continuación de la lactancia materna”

“Alimentos naturales y autóctonos”



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

Herramienta/s pedagógica/s:

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
Cartilla para padres sobre introducción de alimentación complementaria	Cartilla donde se describe - Que es la alimentación complementaria - Prácticas claves para el desarrollo de la alimentación complementaria - Recomendaciones para iniciar la alimentación complementaria - Guía de alimentos a introducir según la edad (grupos de alimentos, fuentes de nutrientes, tamaño de porciones) - Alimentación familiar - Recetas	Teniendo en cuenta los casos evidenciados a través de la ruta de atención a la Desnutrición Aguda, uno de los mayores problemas en los niños y niñas menores de 1 año es el inicio inadecuado de la alimentación complementaria, es por esto que se plantea de vital importancia como una necesidad de mejorar crecimiento y desarrollo, disminución de anemia en este grupo poblacional (6-12 meses), mejorar y eliminar conceptos erróneos.	De SDIS	Diseño: junio-julio de 2019

4. EVALUACIÓN

Mediante preguntas luego de la explicación de la cartilla. Test Inicial y final

Mediante talleres de preparación de recetas (que alimentos, porque, cantidades.) - opcional

Elaborado por:

Luz Stella Hidalgo. Nutricionista Dietista. Subdirección de nutrición

Asesoría Técnica: Patricia Andrea Aguiar Guzman. Nutricionista Dietista. Equipo IEC. Subdirección de nutrición

BIBLIOGRAFIA

1. <https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/encuesta-nacional-situacion-nutricional>, revisado el 06/05/2019
2. Protocolo para introducción de alimentación complementaria. SDIS.