



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): ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA

Este documento tiene como fin plantear el **esquema** para la construcción de **acciones articuladas** de información, educación y comunicación en promoción de estilos de vida saludable: alimentación, nutrición y actividad física, dirigidas a los participantes de los diferentes servicios de la SDIS, en el marco del **procedimiento de capacitación en estilos de vida** saludable y el Plan IEC-EVS

El diligenciamiento de este formato debe realizarse siguiendo las orientaciones para la construcción de estrategias IEC en estilos de vida saludable, dadas en éste mismo documento, con la asesoría y acompañamiento del gestor IEC asignado en cada subdirección técnica.

El formato se encuentra compuesto por tres apartados: **Datos generales, Determinación de la temática y Estructuración metodológica.** Por favor llenar en los cuadros correspondientes la información solicitada.

1. DATOS GENERALES
Fecha: 22/10/2018
Nombre del proyecto/servicio/localidad: Proyecto Creciendo en Familia Localidad Puente Aranda - Antonio Nariño
Personas asignadas para la construcción de la estrategia IEC: Cristian Jiménez, Enfermero; Andrea Núñez, Nutricionista Dietista; Johana Gómez, Enfermera

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA
Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable: El movimiento corporal en los niños y las niñas desde el primer día de vida, coadyuva al desarrollo psicomotor (huesos, músculos, articulaciones) y del sistema cardiovascular (corazón y pulmones), así como a funciones de coordinación, lateralidad y control de movimiento. Paralelo a ello, contribuye a generar prácticas saludables, a prevenir afectaciones a la salud producto del sedentarismo y ayuda a afianzar el desarrollo social, emocional, cognitivo y la capacidad de concentración. Por consiguiente, es de suma importancia que desde el primer mes los niños, las niñas y sus familias realicen actividad física que incentive el movimiento corporal, generando hábitos saludables en su cotidianidad. Así mismo, en la jornada de tamizaje efectuada durante el primer trimestre del 2019 se logró evidenciar que de 229 niños y niñas evaluados el 15,72% de la población sufre de alteración del estado nutricional por exceso (riesgo de sobrepeso, sobrepeso y obesidad) cifra que se asemeja



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA

a la suministrada por la ENSIN para niños y niñas menores de 5 años, la cual reporta el exceso de peso para Bogotá aumento de 4,9% en 2010 a 6,3% en 2015

Grupo/s interactivo/s:

Madres, padres y/o cuidadores de los niños y niñas menores de 2 años, equipos interdisciplinarios del servicio de Creciendo en Familia y SDIS

Identificación participativa de la necesidad:

Durante los diferentes encuentros en casa y encuentros grupales se indaga a los padres, madres y/o cuidadores frente a cuales consideran ellos que son las principales causas por las cuales no generan momentos para incentivar el movimiento corporal en sus hijos, con lo que se concluyó que hay desconocimiento ante la forma adecuada de incentivar el movimiento corporal e interacciones que potencian el desarrollo de los niños y niñas del Servicio y así favorecer su desarrollo físico, psicológico y social y por consiguiente proporcionar una buena salud y una mejor calidad de vida.

Entornos: Individual , Familiar , Institucional, , Comunitario

Tema:

Movimiento corporal en niños y niñas de 0 a 24 meses.

3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

Alcance de la estrategia IEC:

A partir de los hallazgos obtenidos en las jornadas de tamizaje desarrolladas por el servicio de creciendo en familia y al análisis de las entrevistas realizadas a padres, madres y/o cuidadores en los diferentes encuentros en casa y grupales, hasta incorporar estas prácticas en la cotidianidad de las familias que participan del servicio.

Objetivos:

Brindar un instrumento a los padres, madres y/o cuidadores y profesionales del servicio social con fin de fomentar el movimiento corporal de los niños y niñas menores de 2 años.

INFORMACION

Conocer una serie de pautas que pueden realizar los padres y cuidadores para potenciar el desarrollo de niños y niñas menores de 24 meses por medio del movimiento corporal.

EDUCACION

Comprender la importancia de la práctica frecuente de actividades de movimiento corporal en los niños y niñas menores de dos años, con el fin de mejorar su desarrollo y contribuir en la prevención de la malnutrición por exceso y la exposición excesiva a pantallas.



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

COMUNICACION

Adoptar de forma habitual las acciones propuestas como guía para llevar a cabo las diferentes rutinas del movimiento corporal, teniendo en cuenta el curso de vida y momentos significativos para potenciar el desarrollo integral de los niños y niñas.

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

En información:

Según la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional (ENSIN), "se encontró que en Colombia la inactividad física, el aumento de malos hábitos alimentarios y los comportamientos sedentarios han llevado a un incremento de personas con sobrepeso y obesidad".

Además la Organización Mundial de la Salud (OMS), refiere que " la inactividad física es considerada como el cuarto factor de riesgo más significativo de mortalidad en el mundo (6% de defunciones a nivel mundial)", por esta razón se han desarrollado varias estrategias que fomentan la práctica de movimiento corporal en niños y niñas menores de 2 años como lo es la Guía para la promoción de la Actividad física en niños y niñas menores de 6 años del IDRD en donde describe las recomendaciones de actividades para aplicar en los diferentes grupos de edad.

Desde el Servicio Creciendo en familia se desarrollan jornadas de tamizaje y seguimiento nutricional en donde se evidencia el aumento de la malnutrición por exceso (riesgo de Sobrepeso, sobrepeso y obesidad).

En educación:

La metodología a utilizar está relacionada con la construcción de un nuevo hábito y de nuevas experiencias, que se llevarán a cabo a través de los encuentros en casa y grupales, donde los profesionales de salud del servicio creciendo en familia, definen en el marco de un propósito interdisciplinario la planeación inicial para dar a conocer los ejercicios que los padres pueden realizar para fomentar el movimiento corporal de los niños y niñas menores de 24 meses y su importancia en el desarrollo integral, la prevención del exceso de peso y la exposición excesiva a pantallas.

En comunicación:

Posterior al primer encuentro, se realizarán seguimientos trimestrales, donde se verifica la adopción de las acciones propuestas para llevar a cabo las rutinas de la guía, determinando los avances, dificultades y motivando a continuar con la práctica de **los ejercicios** propuestos.



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

Mensaje/s:

Nombre: Creciendo activos, activas y felices.

Eslogan: "Los campeones del mañana los formamos desde el hoy".

Herramienta/s pedagógica/s:

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
Calendario (poster)	Se desarrollará un calendario con programador e infogramas de ejercicios de movimiento corporal por trimestres del desarrollo de niños y niñas de 0 a 24 meses, mensajes claves y stickers de notas de consulta de crecimiento y desarrollo, vacunación y motivacionales.	Esta estrategia se desarrollará con el fin de dar a conocer una guía de ejercicios de movimientos corporales, que se pueden realizar con los niños y niñas de 0 a 24 meses, que generen en los padres, madres y cuidadores, confianza y seguridad, especial en los primeros meses de vida e interacciones para potenciar el desarrollo integral de sus hijos. Adicionalmente apoyar el seguimiento en la asistencia a atenciones y controles en salud en los dos primeros años de vida.	Recurso Humano: - Profesionales de Desarrollo Infantil y de Salud. Recursos Físicos: - Calendario	22-10-2018: Inscripción de la propuesta IEC. 29-10-2018: Reunión referentes y Paul Ocampo. 30-10-2018 a 09-11-2018: Elaboración de calendario y formato IEC. Retroalimentación de Referentes del Servicio. 13-11-2018: Presentación de estrategia Paul Ocampo. 03-12-2018 a 07-12-2018 desarrollo de pilotaje. 10-12-2018 presentación Estrategia, 08/04/2019 Reunión Revisión propuesta IEC, 10/05/2019 Reunión Revisión propuesta IEC, 13/05/2019 Ajustes Propuesta IEC e Inicio Guía Técnica propuesta IEC, 17/05/2019 Revisión Guía Técnica Propuesta IEC, 29/05/2019 Reunión Propuesta y Guía Técnica IEC.



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

4. EVALUACIÓN

La evaluación se realizará al cierre del ciclo de atención a través de una encuesta probabilística seleccionando aleatoriamente una muestra de los participantes que recibieron el primer encuentro y les fue entregada la herramienta (Niños y niñas recién nacidos en el servicio).

Elaborado por:

Cristian Jiménez, Enfermero; Andrea Núñez, Nutricionista Dietista; Johana Gómez, Enfermera

Asesoría técnica:

Paul Rene Ocampo, Nutricionista Dietista , Profesional asistencia Técnica

Patricia Andrea Aguiar Guzmán – Nutricionista Dietista, Equipo IEC. Subdirección de Nutrición