

**DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA
MUNICIPIO DE CALDAS
ALCALDIA MUNICIPAL**

**PROGRAMA:
Nutrición y Dietética**

**NOMBRE DEL PROYECTO:
Educación Alimentaria y Nutricional a diferentes grupos poblacionales del
Municipio de Caldas**

**PRESENTADO POR:
Tatiana María Valencia Cano
Nutricionista Dietista
Universidad de Antioquia**

MAYO DE 2008

INTRODUCCION

El área de la nutrición y la dietética se encuentra orientada a trabajar en beneficio de la salud y el bienestar de todos los grupos poblacionales del Municipio de Caldas mediante acciones en la alimentación y la nutrición de cada una de las familias que allí habitan. Mediante un trabajo interdisciplinario donde se involucren los ámbitos en los que se relaciona el ser humano como lo son la sociedad, la Educación, la Salud y el Medio Ambiente dado que la situación alimentaria y nutricional de los colectivos humanos es el resultado de la interacción de múltiples factores.

Las acciones que realiza el área tienen como fin intervenir directamente en la promoción de la salud de la población, ya que todo este conocimiento adquirido durante el tiempo de estudio en la universidad se materializa en las personas, en las comunidades y en la sociedad en general y por ello la misión es contribuir a que los individuos y la sociedad de manera consciente tomen decisiones acertadas que contribuyan a su bienestar nutricional, decisiones que parten del dominio interno pero que están influenciadas por múltiples situaciones sociales, culturales, económicas, ambientales, biológicas y políticas que se viven en el hogar y que están presentes en el ámbito comunitario, nacional e internacional.

DESCRIPCION DEL PROBLEMA

El estado nutricional de un individuo es resultado del equilibrio o desequilibrio entre el consumo de alimentos y el respectivo aprovechamiento de nutrientes para llenar los requerimientos de éstos por el organismo. El consumo de alimentos al igual que los procesos de digestión, absorción y utilización de nutrientes por el organismo depende de múltiples factores, los cuales interactúan para producir el balance entre el aprovechamiento biológico de nutrientes y los requerimientos, cuyo resultado final es el estado nutricional del individuo.

El desequilibrio entre los factores condicionantes del estado nutricional no sólo conduce a la desnutrición y demás alteraciones por deficiencia de nutrientes sino a problemas por exceso. Actualmente están adquiriendo importancia otras formas de malnutrición por exceso de consumo de alimentos y dietas inadecuadas, que son factores de riesgo en el aumento de enfermedades relacionadas con la nutrición, tales como la obesidad, la diabetes, las enfermedades cardiovasculares que plantean serios problemas de salud.

En el Municipio de Caldas existe poco conocimiento por parte de los diferentes grupos poblacionales del Municipio de Caldas en temas relacionados con la Alimentación y la Nutrición, lo que los lleva a escoger alimentos inadecuados dentro de la canasta básica, sumado a los incorrectos hábitos alimentarios que presentan los niños y su núcleo familiar; lo que interviene directamente en su Estado Nutricional y de Salud y por ende en la calidad de vida de la población.

Los hábitos alimentarios se adquieren desde la primera infancia; por ello el papel de la familia como principal eje educador es de vital importancia para el trabajo a realizar, pero teniendo en cuenta sus conductas alimentarias para el

logro de los objetivos propuestos con ellos. A su vez también es importante brindarle educación alimentaria y nutricional a los docentes de las Instituciones Educativas para que nos sirvan como apoyo en la detección temprana en el deterioro del Estado Nutricional y brinden de manera constante conocimientos a los estudiantes que les ayuden a escoger mejores alimentos dentro de su diaria alimentación.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- Brindar educación alimentaria y nutricional a diferentes grupos poblacionales con el fin de lograr mejores hábitos alimentarios e intervenir directamente en el Estado Nutricional de las personas del Municipio de Caldas durante el año 2008.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Mantener en cero (0) las muertes por y asociadas a la desnutrición en el Municipio.
- Realizar la campaña de ampliación de cobertura en complementación alimentaria y nutricional en niños menores de 6 años pertenecientes al Municipio.
- Capacitar a los padres de familia de los niños pertenecientes al programa de complementación alimentaria.
- Capacitar a los líderes, madres comunitarias y FAMI del Municipio en temas de interés relacionados con la alimentación y la nutrición de las personas.
- Capacitar a los usuarios pertenecientes al programa de Inducción a los Servicios de Salud.

- Realizar capacitación práctica sobre preparaciones con Bienestarina ® con personas de la comunidad.
- Participar en el programa de red de apoyo a la Lactancia Materna de la ESE Hospital San Vicente de Paúl.
- Realizar la capacitación sobre promoción a la Lactancia Materna con las madres gestantes y lactantes del Municipio.
- Actualizar el recetario de preparaciones a realizar con Bienestarina ®
- Capacitar a los docentes y estudiantes de las Instituciones Educativas del Municipio en temas relacionados con la nutrición en edad escolar.
- Capacitar a los adultos mayores del Municipio en temas relacionados con la Alimentación y la Nutrición, especialmente en enfermedades afectadas con esta.

POBLACION OBJETIVO

- Padres de Familia
- Niños y niñas menores de 6 años de edad
- Madres Gestantes y Lactantes
- Madres Comunitarias y FAMI
- Líderes Comunitarios
- Adultos mayores
- Estudiantes y Docentes de las Instituciones Educativas
- Enfermeras de la ESE Hospital San Vicente de Paúl

DESCRIPCION DE ACTIVIDADES A REALIZAR

- Capacitación a padres de familia: Se realizarán capacitaciones a los padres de familia de los niños pertenecientes al programa de complementación alimentaria, en diversos temas como hábitos de alimentación saludable, alimentación en la edad preescolar, desnutrición: causas, consecuencias, tratamiento primario, signos físicos, loncheras saludables.

Debido a que ellos son las personas directamente responsables de la alimentación de sus hijos es importante que conozcan las pautas necesarias para una buena alimentación en estas edades que les garanticen a los niños un adecuado crecimiento y desarrollo.

La metodología a utilizar mediante las capacitaciones es que los padres se citarán con ayuda de las madres comunitarias y los docentes de las instituciones educativas en fechas coordinadas previamente, estas se llevarán a cabo de una manera lúdica y participativa que les permitan un mejor aprendizaje de los temas brindados. Como ayudas educativas al finalizar las capacitaciones se les entregará un plegable con la información más significativa y de mayor aprendizaje

A su vez también se realizará con los padres de familia la campaña sobre los beneficios de la complementación alimentaria (complemento lácteo y galletas) en la mejoría y/o mantenimiento de un buen Estado Nutricional en los niños y de esta manera aumentar la cobertura actual de 1960 niños a 2100.

- Capacitación a los líderes, madres comunitarias y FAMI del municipio: Las capacitaciones a realizar con estos grupos poblacionales serán en temas relacionados con la alimentación y la nutrición de los niños como: Signos físicos de la desnutrición, hábitos de alimentación saludable, alimentación en la edad preescolar, promoción de la lactancia materna. Así estos grupos

poblacionales nos servirán como multiplicadores de la información con los padres de familia de los niños pertenecientes a los diferentes programas del municipio; además porque en el caso de las madres comunitarias, ellas permanecen la mayoría del tiempo del día con los niños; lo que les permite vigilar y conocer cada caso.

Para el trabajo con este grupo se contactará con la coordinadora de los hogares comunitarios y de los líderes comunitarios y con previo aviso se coordinarán las fechas para las realizaciones de las capacitaciones.

- Capacitar a los usuarios pertenecientes al programa de Inducción a los Servicios de Salud: El tema a brindar a la población objetivo será los derechos y deberes que tienen frente al Sistema General de Seguridad Social en Salud. Entre los que se encuentran los padres de familia de los niños pertenecientes a las Instituciones Educativas del municipio.
- Capacitación práctica sobre preparaciones con Bienestarina ® con personas de la comunidad: Se comenzará con la actualización del recetario de preparaciones con el complemento alimentario. De allí se seleccionarán recetas de fácil preparación y bajo costo y se realizará una prueba piloto con estas recetas, para posteriormente brindarles la capacitación a la población objetivo de esta.

La metodología a utilizar va a ser más lúdica de manera práctica lo que les va a permitir un mejor aprendizaje por que ellas mismas con la adecuada asesoría van a poder conocer y preparar nuevas recetas con el complemento alimentario.

La capacitación sobre Bienestarina ® se les brindará a las Madres Comunitarias y FAMI, a las líderes comunitarias y personal manipulador de alimentos de los restaurantes escolares, ya que son las personas que más trabajan con el complemento para brindárselo a la población objetivo más

vulnerable que son los niños en edad pre y escolar además nos ayudará a mejorar el consumo de esta por parte de los niños de los restaurantes escolares y hogares comunitarios.

Al finalizar las capacitaciones se les entregará un recetario con recetas de fácil preparación y un bajo costo con el complemento de la Bienestarina ®.

- Organizar el programa de red de apoyo a la Lactancia Materna: Se realizará el programa con un grupo interdisciplinario donde se encuentre una enfermera de promoción y prevención, una madre gestante o lactante representante, nutricionista dietista.

El objetivo principal es el de promover la lactancia materna entre la población de gestantes y lactantes del municipio; así como el de brindar asesoría en el tema mediante charlas y campañas publicitarias a lo largo del municipio. En compañía estarán la ESE Hospital San Vicente de Paúl y la Secretaría de Salud

- Capacitación sobre la Lactancia Materna: Se realizará dentro de la red de apoyo a la Lactancia Materna. La población objetivo serán las madres gestantes y lactantes del municipio, también se le brindará a las enfermeras de promoción y prevención debido a que se presentan entre ellas conceptos erróneos acerca del tema, como lo es la edad de introducción a la alimentación complementaria y el tiempo de duración de esta, por lo tanto con ellas también se puede brindar el tema de alimentación complementaria. Se realizarán charlas cada 15 días en la ESE Hospital San Vicente de Paúl. Los temas a tratar serán: Beneficios de la lactancia para el bebé, la madre, la familia, la sociedad; explicación de una adecuada técnica de amamantamiento, problemas asociadas a la lactancia materna y su tratamiento.

Se realizarán como ayudas educativas afiches, pancartas, volantes alusivos al tema, lo que será una estrategia de educación.

- Actualizar el recetario de preparaciones con Bienestarina ®: Se indagarán nuevas recetas con este complemento alimenticio, para actualizar el recetario ya existente sobre este alimento. Además se le realizará la divulgación entre las madres comunitarias y FAMI, líderes comunitarios, personal manipulador de alimentos en los restaurantes escolares.
- Capacitación a los docentes y estudiantes de las Instituciones Educativas del municipio: A los docentes de las Instituciones Educativas se les brindará la capacitación acerca de los signos físicos de la desnutrición, sus causas, consecuencias, tratamiento primario; ya que, como ellos permanecen la mayoría del día con los estudiantes, pueden ayudar a detectar a los estudiantes que se encuentran en riesgo de malnutrición; lo que nos va a permitir la toma de acciones correctivas.

En lo que se refiere a los estudiantes de las Instituciones Educativas, las capacitaciones estarán orientadas principalmente a los estudiantes de primaria en los grados preescolares, primero y segundo en temas como: hábitos de alimentación saludable, loncheras saludables; en cuanto a los grados de secundaria se le brindará a los estudiantes de noveno, décimo y undécimo sobre hábitos alimentarios saludables y enfermedades relacionadas con una inadecuada alimentación.

La metodología a utilizar con ambos grupos será lúdica, donde se le dé espacio a la participación por parte de los estudiantes. En los grados de primaria se realizará con juegos que permitan un mayor aprendizaje del tema tratado, sin llegar a cansarlos y crear distracción en el tema donde no será posible alcanzar el objetivo.

El objetivo principal será crear conciencia de la implementación de una buena alimentación en su vida para garantizarles un adecuado crecimiento y desarrollo y que así transmitan este conocimiento en su núcleo familiar;

además de disminuir la prevalencia de la desnutrición entre la población infantil.

- Capacitación a los Adultos Mayores: Se capacitará a los adultos mayores del Centro Día en temas relacionados con la alimentación como lo son: hábitos de alimentación saludable en la tercera edad y Enfermedades relacionadas con la alimentación en la tercera edad. Se realizará de una manera práctica donde se les permita a ellos recordar su alimentación. Donde se conocerán sus creencias con respecto a la alimentación y como ello influyó en su estado de salud actual

METAS

TEMA	POBLACION OBJETIVO	CANTIDAD	UNIDAD
Mantener en cero las muertes por y asociadas a la desnutrición.	Niños menores de 5 años	_____	_____
Disminuir la prevalencia para el año 2008 de desnutrición crónica	Niños menores de 10 años	2 %	_____
Hábitos de Alimentación Saludable	<ul style="list-style-type: none"> • Padres de Familia 	3	Capacitaciones
	<ul style="list-style-type: none"> • Líderes, Madres Comunitarias y FAMI 	3	
	<ul style="list-style-type: none"> • Estudiantes 	15	
	<ul style="list-style-type: none"> • Adultos Mayores 	2	
Alimentación en la edad preescolar	<ul style="list-style-type: none"> • Padres de Familia 	20	
	<ul style="list-style-type: none"> • Líderes, Madres Comunitarias y FAMI 	5	
Signos Físicos de Desnutrición	<ul style="list-style-type: none"> • Padres de Familia 	40	
	<ul style="list-style-type: none"> • Líderes, Madres Comunitarias y FAMI 	5	
	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes 	10	
Lactancia Materna	<ul style="list-style-type: none"> • Gestantes y Lactantes 	10	
	<ul style="list-style-type: none"> • Líderes, Madres Comunitarias y FAMI 	3	
	<ul style="list-style-type: none"> • Enfermeras de la 	1	

	ESE Hospital San Vicente de Paúl		
Alimentación Complementaria	<ul style="list-style-type: none"> • Enfermeras de la ESE Hospital San Vicente de Paúl • Gestantes y Lactantes 	1 5	
Loncheras Saludables	<ul style="list-style-type: none"> • Padres de Familia • Estudiantes 	5 5	
Enfermedades relacionadas con la alimentación	<ul style="list-style-type: none"> • Estudiantes • Adultos Mayores 	5 2	
Actualizar Recetario Bienestarina	<ul style="list-style-type: none"> • Personal manipulador, Madres Comunitarias 	1	—
Preparaciones con Bienestarina	<ul style="list-style-type: none"> • Madres Comunitarias y FAMI • Manipuladoras de Alimentos 	2 1	Capacitaciones
Derechos y Deberes en SGSSS	<ul style="list-style-type: none"> • Usuarios de Inducción Servicios de Salud 	2	

PRESUPUESTO

RUBRO	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
Recurso Humano				
• Nutricionista Dietista	1	4 horas/6 meses	\$1.060.000	\$6.360.000
Materiales y equipos				
• Computador	1	Unidad	_____	_____
• Impresora	1	Unidad	_____	_____
• Tinta para impresora	2	Unidad	\$ 60.000	120.000
• Hojas de papel	2	Resma	\$ 10.000	\$ 20.000
• Fotocopias	4.000	_____	\$ 50	\$ 200.000
• Marcadores	2	Unidad	\$ 1.500	\$ 3.000
• Lapiceros	2	Unidad	\$ 1.000	\$ 2.000
• Hojas de papel de colores	2	Block	\$ 4.000	\$ 8.000
• Cartulina	4	Pliegos	\$ 1.000	\$ 4.000
• Alimentos	_____	_____	_____	\$ 300.000
• Otros	_____	_____	_____	\$ 43.000

Transporte				
• Instituciones Educativas, Hogares Comunitarios, Barrios	500	Pasaje	\$ 1.000	\$ 500.000
Total				\$ 7.560.000

BENEFICIOS

- Mejoramiento de los hábitos de alimentación en el núcleo familiar de la población del municipio de Caldas, especialmente en los niños.
- Mejoramiento y/o mantenimiento del Estado Nutricional de la población infantil del municipio.
- Mayor aprovechamiento del complemento de la Bienestarina ® por el personal encargado de su preparación y consumo.
- Mayor apoyo a nivel municipal a la Lactancia Materna y sus beneficios.
- Mantener en cero las muertes por y asociadas a la desnutrición en el Municipio de Caldas.
- Detección temprana y oportuna a la desnutrición para la toma de acciones de mejora y correctivas.
- Disminución en la prevalencia de la desnutrición en la población infantil del municipio.
- Mejores conocimientos en alimentación y nutrición por parte de los padres de familia y docentes de las Instituciones Educativas del municipio.
- Promoción de la Lactancia Materna a nivel de la Ese Hospital San Vicente de Paúl.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

• Junio

FECHA	ACTIVIDAD	LUGAR	RESPONSABLE
03 al 20 - Junio	Planeación y Realización de Material Educativo	Secretaría de Salud	Tatiana Valencia Cano Nutricionista Dietista
23 - Junio	Reunión: Redes Constructoras de Paz Realización de material educativo para Jornada de Descentralización	Secretaría de Salud	
24 - Junio	Organización de Agenda con las Madres Comunitarias Reunión: Fundación Social	Secretaría de Salud	
25 y 26 - Junio	Realización de Guías Temáticas para Capacitaciones	Secretaría de Salud	
27 - Junio	Jornada de Descentralización	Barrios Sinifaná y Chacalito	Administración Municipal

• Julio - Agosto

FECHA	ACTIVIDAD	LUGAR	RESPONSABLE
01 - Julio	Actualización recetario Bienestarina ®	Secretaría de Salud	Tatiana Valencia Cano Nutricionista Dietista
02 - Julio	Realización de material para lanzamiento de Redes Constructoras de Paz	Secretaría de Salud	
03- Julio	Participar y Fortalecer el Programa Red de Apoyo a la Lactancia Materna	ESE Hospital San Vicente de Paúl	
04 al 10 - Julio	Capacitación: Lactancia Materna (Gestantes y Lactantes)	ESE Hospital San Vicente de Paúl	
11 - Julio	Capacitación: Enfermedades relacionadas con la alimentación (Adultos Mayores)	Centro Gerontológico La Vida Continua	
14 al 17 - Julio	Capacitación: Alimentación Complementaria (Gestantes, Lactantes y Enfermeras)	ESE Hospital San Vicente de Paúl	

18 - Julio	Capacitación: Hábitos de Alimentación Saludable (Adultos Mayores)	Centro Gerontológico La Vida Continua	
21 al 25 - Julio	Capacitación: Signos Físicos de Desnutrición (Líderes Comunitarios, Madres Comunitarias y FAMI)	Barrios y Hogares Comunitarios	Tatiana Valencia Cano Nutricionista Dietista
28- Julio al 06 - Agosto	Capacitación: Hábitos de Alimentación Saludable (Estudiantes)	Instituciones Educativas	
08 al 29 - Agosto	Capacitación: Signos Físicos de Desnutrición (Padres de Familia)	Instituciones Educativas	

• **Septiembre – Octubre - Noviembre**

FECHA	ACTIVIDAD	LUGAR	RESPONSABLE
01 - Septiembre	Evaluación de Educación Alimentaria y Nutricional a grupos poblacionales	Secretaría de Salud	Tatiana Valencia Cano Nutricionista Dietista
02 al 15 - Septiembre	Capacitación: Alimentación en la edad preescolar (Padres de Familia, Líderes, Madres Comunitarias y FAMI)	Instituciones Educativas	
16 al 23 - Septiembre	Capacitación: Signos Físicos de Desnutrición (Docentes)	Instituciones Educativas	
24 y 25 - Septiembre	Hábitos de Alimentación Saludable (Padres de Familia)	Instituciones Educativas	
26 - Septiembre	Capacitación: Loncheras Saludables (Estudiantes y Central Mayorista)	Instituciones Educativas	
29 y 30 - Septiembre	Capacitación: Lactancia Materna (Líderes, Madres Comunitarias y FAMI, Enfermeras)	ESE Hospital San Vicente de Paúl	
01 al 03 - Octubre	Capacitación: Enfermedades relacionadas con la Alimentación (Estudiantes)	Instituciones Educativas	Tatiana Valencia Cano Nutricionista Dietista
06 al 09 - Octubre	Capacitación: Preparaciones con Bienestarina ®	Restaurantes Escolares	
	Capacitación: Derechos y Deberes en SGSSS	ESE Hospital San Vicente de Paúl	
10 - Octubre	Evaluación de Educación Alimentaria y Nutricional a grupos poblacionales	Secretaría de Salud	
14 al 21 - Octubre	Capacitación: Signos Físicos de Desnutrición (Padres de Familia)	Instituciones Educativas	
22 – Octubre al 21 -	Diagnóstico Alimentario y Nutricional a la población de Discapacidad	Secretaría de Salud	

Noviembre			
24 al 27 - Noviembre	Capacitación: Loncheras Saludables (Padres de Familia)	Instituciones Educativas	

• **Diciembre**

FECHA	ACTIVIDAD	LUGAR	RESPONSABLE
01 y 02 – Diciembre	Evaluación de Educación Alimentaria y Nutricional a grupos poblacionales	Secretaría de Salud	Tatiana Valencia Cano Nutricionista Dietista
09 al 12 - Diciembre	Capacitación: Hábitos de Alimentación Saludable (Líderes, Madres Comunitarias y FAMI)	Barrios y Veredas	
15 al 17 - Diciembre	Capacitación: Alimentación en la edad preescolar (Padres de Familia)	Barrios y Veredas	
18 al 26 - Diciembre	Realización de Informe Final	Secretaría de Salud	

NOTA: El anterior cronograma se encuentra sujeto a modificaciones por actividades no programadas.