

	Proceso	PROCESOS PRIORITARIOS	Código	PP-F-24
	Formato	FORMATO DE INFORME GENERAL	Versión	1

FECHA	25 de Julio 2025
NOMBRE DEL INFORME:	Informe taller práctico receta saludable
PRESENTADO POR:	Jorge Esteban Silva
CARGO:	Coordinador SIAU
OBJETIVO DEL INFORME	Dar a conocer a los usuarios de la unidad cardiovascular los componentes que tienen los alimentos que consumen, con ayuda de la explicación de una receta saludable donde se ejemplifica todo lo anteriormente descrito.

1. DESCRIPCIÓN DE RESULTADOS

La capacitación sobre receta saludable tuvo como objetivo principal promover hábitos alimenticios más sanos entre los usuarios, a través del aprendizaje y preparación de platos balanceados, fáciles y accesibles. Durante la jornada se abordaron los principales componentes de una alimentación saludable incluyendo:

- **Carbohidratos:** Se explicó su función como fuente de energía y se promovió el consumo de opciones como avena, yuca, plátano etc.
- **Proteínas de calidad:** Se resaltó la importancia de incluir proteínas como pollo, pescado, huevo y fuentes vegetales como lentejas o frijoles.
- **Frutas y verduras:** Se enfatizó su rol en el aporte de vitaminas, minerales y fibra, recomendando su consumo diario y en variedad.

Se evidenció un incremento en el interés por modificar prácticas alimentarias, especialmente en la reducción de uso de productos ultraprocesados y el aumento del consumo de frutas y vegetales.

2. CONCLUSIONES

- Se concluye que un porcentaje considerable de los usuarios cometen errores a la hora de consumir alimentos.
- Error en la identificación de los componentes perjudiciales para la salud en los alimentos que se consumen, en su mayoría empaquetados.
- Desconocimiento por parte de los usuarios acerca de las porciones correctas de los alimentos.

3. RECOMENDACIONES

- Dar a conocer a los pacientes los hábitos saludables recordando la importancia de escoger e identificar los componentes que tienen los alimentos que consumen por medio de herramientas visuales como folletos o carteles.

 UNIDAD CARDIOVASCULAR CONTÁ Y PÉREZ IPS	Proceso	PROCESOS PRIORITARIOS	Código	PP-F-24
	Formato	FORMATO DE INFORME GENERAL	Versión	1

- Recordar en las consultas lo importante que es tener conocimiento acerca de los alimentos que consumen a diario.
- Recomendar a los usuarios consultar si se tienen malos hábitos alimenticios o tienen dudas sobre su alimentación.

4. ANEXOS

Lista de asistencia

El siguiente formato tiene por objetivo facilitar información sobre las personas que están presentes en la reunión o capacitación. Es importante pedirle a los asistentes que escriban su nombre en cada una de las sesiones.

TIPO DE ACTIVIDAD	FECHA: DD/MM/AAAA	LUGAR	EFICAZ (X)
INDUCCIÓN CORPORATIVA ☐	25/07/2025	Unidad Cardiovascular Contá y Pérez	☒
CURSO/ TALLER ☒	EMPRESA: INTERNA/EXTERNA		
CAPACITACIÓN ☐	Externa		
ACTIVIDAD ☐			
	Hora de Inicio	Hora Final	
	16:00	17:30	

Tema de reunión o capacitación	Taller Nutrición - Receta Saludable.		
Facilitador	Inis Manosalva	Firma	Nutricionista Dietista

TEMAS TRATADOS	
1)	2)
3)	4)

ASISTENTES						
No.	Nombres y Apellidos	Cargo	Sede	Celular	Correo Electronico	Firma
1	For. Tunarosa M.			3044388977		
2	Luz Mary Castañeda			320 484 0238	luzmaria2412@hotmail.com	
3	Villeta Guzmán			3017274634	VilletaGuzman@hotmail.com	
4	Francisco José Avila			3026625276	FrancojosAVILA@hotmail.com	
5	Helberth E Garavito			3214542660	helbertho@hotmail.com	
6	Rosendo Garavito			3108896809	RosendoGaravito@hotmail.com	
7	Inis Bernardo Garavito H.			3142081230	inib6756193@gmail.com	
8	Alfonso			3112007765	AlfonsoCarrasco@gmail.com	
9	Laura María Manabá S.			3205468429	lauramabak84@gmail.com	
10	Angela Barrera			3153079270	abarrera1004@hotmail.com	
11	Hernando Arce			19278742	harnarce@hotmail.com	
12	Luz Mercedes Vargas L			3152542161	luzmercedesvargas@gmail.com	
13	Narda Cardona B			3163371168	narda66@yahoo.com	
14	Rubén Darío Vega Morales			3163300378	rudavega@gmail.com	
15	Georgina Trujillo			3176769393	georgina3016@gmail.com	



UNIDAD CARDIOVASCULAR
CONTA Y PÉREZ IPS

Proceso

PROCESOS PRIORITARIOS

Código

PP-F-24

Formato

FORMATO DE INFORME
GENERAL

Versión

1

PROCESO		TALENTO HUMANO		Código		TH-F-01	
Formato		Registro de Asistencia		Versión		1	
El siguiente formato tiene por objetivo facilitar información sobre las personas que están presentes en la reunión o capacitación. Es importante pedirle a los asistentes que escriban su nombre en cada una de las sesiones.							
TIPO DE ACTIVIDAD		FECHA DD/MM/AAAA		LUGAR		EFICAZ (X)	
INDUCCIÓN CORPORATIVA		25/07/2025		Unidad Cardiovascular Conta y Pérez		SI ☒ NO ☐	
CURSO/ TALLER		EMPRESA: INTERNA / EXTERNA		DURACIÓN			
CAPACITACIÓN		Externa		Hora de Inicio		Hora Final	
ACTIVIDAD				16:00		17:30	
Tema de reunión o capacitación		Taller Nutrición - Receta Saludable					
Facilitador		Iris Marosalva		Firma		Nutricionista Dietista Naxcore	
TEMAS TRATADOS							
1) 2) 3) 4) 5) 6) 7) 8) 9) 10) 11) 12) 13) 14) 15) 16) 17) 18) 19) 20) 21) 22) 23) 24) 25) 26) 27) 28) 29) 30) 31) 32) 33) 34) 35) 36) 37) 38) 39) 40) 41) 42) 43) 44) 45) 46) 47) 48) 49) 50) 51) 52) 53) 54) 55) 56) 57) 58) 59) 60) 61) 62) 63) 64) 65) 66) 67) 68) 69) 70) 71) 72) 73) 74) 75) 76) 77) 78) 79) 80) 81) 82) 83) 84) 85) 86) 87) 88) 89) 90) 91) 92) 93) 94) 95) 96) 97) 98) 99) 100) 101) 102) 103) 104) 105) 106) 107) 108) 109) 110) 111) 112) 113) 114) 115) 116) 117) 118) 119) 120) 121) 122) 123) 124) 125) 126) 127) 128) 129) 130) 131) 132) 133) 134) 135) 136) 137) 138) 139) 140) 141) 142) 143) 144) 145) 146) 147) 148) 149) 150) 151) 152) 153) 154) 155) 156) 157) 158) 159) 160) 161) 162) 163) 164) 165) 166) 167) 168) 169) 170) 171) 172) 173) 174) 175) 176) 177) 178) 179) 180) 181) 182) 183) 184) 185) 186) 187) 188) 189) 190) 191) 192) 193) 194) 195) 196) 197) 198) 199) 200) 201) 202) 203) 204) 205) 206) 207) 208) 209) 210) 211) 212) 213) 214) 215) 216) 217) 218) 219) 220) 221) 222) 223) 224) 225) 226) 227) 228) 229) 230) 231) 232) 233) 234) 235) 236) 237) 238) 239) 240) 241) 242) 243) 244) 245) 246) 247) 248) 249) 250) 251) 252) 253) 254) 255) 256) 257) 258) 259) 260) 261) 262) 263) 264) 265) 266) 267) 268) 269) 270) 271) 272) 273) 274) 275) 276) 277) 278) 279) 280) 281) 282) 283) 284) 285) 286) 287) 288) 289) 290) 291) 292) 293) 294) 295) 296) 297) 298) 299) 300) 301) 302) 303) 304) 305) 306) 307) 308) 309) 310) 311) 312) 313) 314) 315) 316) 317) 318) 319) 320) 321) 322) 323) 324) 325) 326) 327) 328) 329) 330) 331) 332) 333) 334) 335) 336) 337) 338) 339) 340) 341) 342) 343) 344) 345) 346) 347) 348) 349) 350) 351) 352) 353) 354) 355) 356) 357) 358) 359) 360) 361) 362) 363) 364) 365) 366) 367) 368) 369) 370) 371) 372) 373) 374) 375) 376) 377) 378) 379) 380) 381) 382) 383) 384) 385) 386) 387) 388) 389) 390) 391) 392) 393) 394) 395) 396) 397) 398) 399) 400) 401) 402) 403) 404) 405) 406) 407) 408) 409) 410) 411) 412) 413) 414) 415) 416) 417) 418) 419) 420) 421) 422) 423) 424) 425) 426) 427) 428) 429) 430) 431) 432) 433) 434) 435) 436) 437) 438) 439) 440) 441) 442) 443) 444) 445) 446) 447) 448) 449) 450) 451) 452) 453) 454) 455) 456) 457) 458) 459) 460) 461) 462) 463) 464) 465) 466) 467) 468) 469) 470) 471) 472) 473) 474) 475) 476) 477) 478) 479) 480) 481) 482) 483) 484) 485) 486) 487) 488) 489) 490) 491) 492) 493) 494) 495) 496) 497) 498) 499) 500) 501) 502) 503) 504) 505) 506) 507) 508) 509) 510) 511) 512) 513) 514) 515) 516) 517) 518) 519) 520) 521) 522) 523) 524) 525) 526) 527) 528) 529) 530) 531) 532) 533) 534) 535) 536) 537) 538) 539) 540) 541) 542) 543) 544) 545) 546) 547) 548) 549) 550) 551) 552) 553) 554) 555) 556) 557) 558) 559) 560) 561) 562) 563) 564) 565) 566) 567) 568) 569) 570) 571) 572) 573) 574) 575) 576) 577) 578) 579) 580) 581) 582) 583) 584) 585) 586) 587) 588) 589) 590) 591) 592) 593) 594) 595) 596) 597) 598) 599) 600) 601) 602) 603) 604) 605) 606) 607) 608) 609) 610) 611) 612) 613) 614) 615) 616) 617) 618) 619) 620) 621) 622) 623) 624) 625) 626) 627) 628) 629) 630) 631) 632) 633) 634) 635) 636) 637) 638) 639) 640) 641) 642) 643) 644) 645) 646) 647) 648) 649) 650) 651) 652) 653) 654) 655) 656) 657) 658) 659) 660) 661) 662) 663) 664) 665) 666) 667) 668) 669) 670) 671) 672) 673) 674) 675) 676) 677) 678) 679) 680) 681) 682) 683) 684) 685) 686) 687) 688) 689) 690) 691) 692) 693) 694) 695) 696) 697) 698) 699) 700) 701) 702) 703) 704) 705) 706) 707) 708) 709) 710) 711) 712) 713) 714) 715) 716) 717) 718) 719) 720) 721) 722) 723) 724) 725) 726) 727) 728) 729) 730) 731) 732) 733) 734) 735) 736) 737) 738) 739) 740) 741) 742) 743) 744) 745) 746) 747) 748) 749) 750) 751) 752) 753) 754) 755) 756) 757) 758) 759) 760) 761) 762) 763) 764) 765) 766) 767) 768) 769) 770) 771) 772) 773) 774) 775) 776) 777) 778) 779) 780) 781) 782) 783) 784) 785) 786) 787) 788) 789) 790) 791) 792) 793) 794) 795) 796) 797) 798) 799) 800) 801) 802) 803) 804) 805) 806) 807) 808) 809) 810) 811) 812) 813) 814) 815) 816) 817) 818) 819) 820) 821) 822) 823) 824) 825) 826) 827) 828) 829) 830) 831) 832) 833) 834) 835) 836) 837) 838) 839) 840) 841) 842) 843) 844) 845) 846) 847) 848) 849) 850) 851) 852) 853) 854) 855) 856) 857) 858) 859) 860) 861) 862) 863) 864) 865) 866) 867) 868) 869) 870) 871) 872) 873) 874) 875) 876) 877) 878) 879) 880) 881) 882) 883) 884) 885) 886) 887) 888) 889) 890) 891) 892) 893) 894) 895) 896) 897) 898) 899) 900) 901) 902) 903) 904) 905) 906) 907) 908) 909) 910) 911) 912) 913) 914) 915) 916) 917) 918) 919) 920) 921) 922) 923) 924) 925) 926) 927) 928) 929) 930) 931) 932) 933) 934) 935) 936) 937) 938) 939) 940) 941) 942) 943) 944) 945) 946) 947) 948) 949) 950) 951) 952) 953) 954) 955) 956) 957) 958) 959) 960) 961) 962) 963) 964) 965) 966) 967) 968) 969) 970) 971) 972) 973) 974) 975) 976) 977) 978) 979) 980) 981) 982) 983) 984) 985) 986) 987) 988) 989) 990) 991) 992) 993) 994) 995) 996) 997) 998) 999) 1000) 1001) 1002) 1003) 1004) 1005) 1006) 1007) 1008) 1009) 1010) 1011) 1012) 1013) 1014) 1015) 1016) 1017) 1018) 1019) 1020) 1021) 1022) 1023) 1024) 1025) 1026) 1027) 1028) 1029) 1030) 1031) 1032) 1033) 1034) 1035) 1036) 1037) 1038) 1039) 1040) 1041) 1042) 1043) 1044) 1045) 1046) 1047) 1048) 1049) 1050) 1051) 1052) 1053) 1054) 1055) 1056) 1057) 1058) 1059) 1060) 1061) 1062) 1063) 1064) 1065) 1066) 1067) 1068) 1069) 1070) 1071) 1072) 1073) 1074) 1075) 1076) 1077) 1078) 1079) 1080) 1081) 1082) 1083) 1084) 1085) 1086) 1087) 1088) 1089) 1090) 1091) 1092) 1093) 1094) 1095) 1096) 1097) 1098) 1099) 1100) 1101) 1102) 1103) 1104) 1105) 1106) 1107) 1108) 1109) 1110) 1111) 1112) 1113) 1114) 1115) 1116) 1117) 1118) 1119) 1120) 1121) 1122) 1123) 1124) 1125) 1126) 1127) 1128) 1129) 1130) 1131) 1132) 1133) 1134) 1135) 1136) 1137) 1138) 1139) 1140) 1141) 1142) 1143) 1144) 1145) 1146) 1147) 1148) 1149) 1150) 1151) 1152) 1153) 1154) 1155) 1156) 1157) 1158) 1159) 1160) 1161) 1162) 1163) 1164) 1165) 1166) 1167) 1168) 1169) 1170) 1171) 1172) 1173) 1174) 1175) 1176) 1177) 1178) 1179) 1180) 1181) 1182) 1183) 1184) 1185) 1186) 1187) 1188) 1189) 1190) 1191) 1192) 1193) 1194) 1195) 1196) 1197) 1198) 1199) 1200) 1201) 1202) 1203) 1204) 1205) 1206) 1207) 1208) 1209) 1210) 1211) 1212) 1213) 1214) 1215) 1216) 1217) 1218) 1219) 1220) 1221) 1222) 1223) 1224) 1225) 1226) 1227) 1228) 1229) 1230) 1231) 1232) 1233) 1234) 1235) 1236) 1237) 1238) 1239) 1240) 1241) 1242) 1243) 1244) 1245) 1246) 1247) 1248) 1249) 1250) 1251) 1252) 1253) 1254) 1255) 1256) 1257) 1258) 1259) 1260) 1261) 1262) 1263) 1264) 1265) 1266) 1267) 1268) 1269) 1270) 1271) 1272) 1273) 1274) 1275) 1276) 1277) 1278) 1279) 1280) 1281) 1282) 1283) 1284) 1285) 1286) 1287) 1288) 1289) 1290) 1291) 1292) 1293) 1294) 1295) 1296) 1297) 1298) 1299) 1300) 1301) 1302) 1303) 1304) 1305) 1306) 1307) 1308) 1309) 1310) 1311) 1312) 1313) 1314) 1315) 1316) 1317) 1318) 1319) 1320) 1321) 1322) 1323) 1324) 1325) 1326) 1327) 1328) 1329) 1330) 1331) 1332) 1333) 1334) 1335) 1336) 1337) 1338) 1339) 1340) 1341) 1342) 1343) 1344) 1345) 1346) 1347) 1348) 1349) 1350) 1351) 1352) 1353) 1354) 1355) 1356) 1357) 1358) 1359) 1360) 1361) 1362) 1363) 1364) 1365) 1366) 1367) 1368) 1369) 1370) 1371) 1372) 1373) 1374) 1375) 1376) 1377) 1378) 1379) 1380) 1381) 1382) 1383) 1384) 1385) 1386) 1387) 1388) 1389) 1390) 1391) 1392) 1393) 1							

 UNIDAD CARDIOVASCULAR CONTA Y PÉREZ IPS	Proceso	PROCESOS PRIORITARIOS	Código	PP-F-24
	Formato	FORMATO DE INFORME GENERAL	Versión	1

Evidencia fotográfica

