

87

INFORME DE ACTIVIDADES

NOMBRE : BÁRBARA GUTIÉRREZ CASTRO

RUT



PERIODO INFORMADO : ABRIL 2026

PROFESIONAL : NUTRICIONISTA

BOLETA N°



MONTO

COMETIDOS:

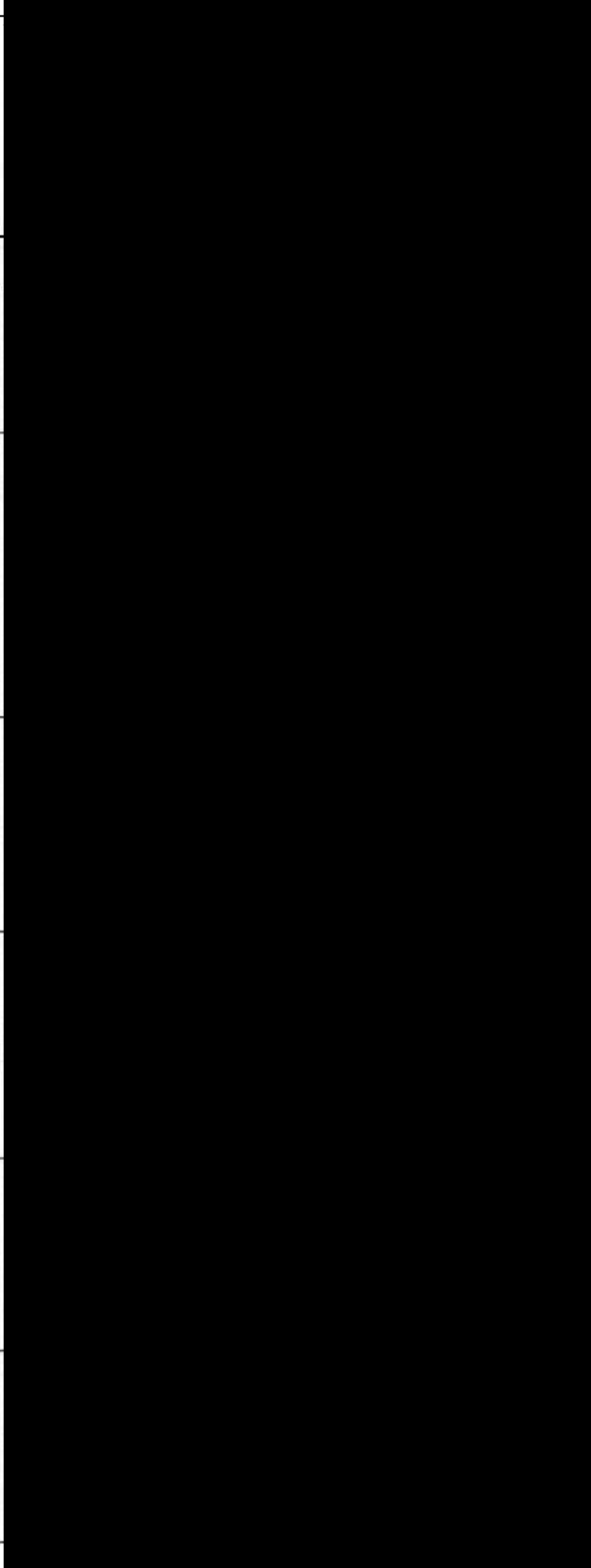
- SEGUIMIENTO DE EJECUCION EN PROGRAMA AUTOCONSUMO A FAMILIAS EN EL AMBITO DE LA ALIMENTACION SALUDABLE
- ELABORACION DE FICHAS Y PAUTAS TECNICAS DEL PROGRAMA AUTOCONSUMO
- VISITAS DOMICILIARIAS PARA EVALUACION Y REFORZAMIENTO DE HABITOS SALUDABLES, A FAMILIAS DE LOS DISTINTOS PROGRAMAS DE RIESGO



et

**REGISTRO DE ACTIVIDADES**

Lunes 06 de abril	SEGUIMIENTO DE EJECUCION EN PROGRAMA AUTOCONSUMO A FAMILIAS EN EL AMBITO DE LA ALIMENTACION SALUDABLE
Jueves 09 de abril	VISITAS DOMICILIARIAS PARA EVALUACION Y REFORZAMIENTO DE HABITOS SALUDABLES, A FAMILIAS DE LOS DISTINTOS PROGRAMAS DE DIDESO
Martes 14 de abril	SEGUIMIENTO DE EJECUCION EN PROGRAMA AUTOCONSUMO A FAMILIAS EN EL AMBITO DE LA ALIMENTACION SALUDABLE
Miércoles 15 de abril	SEGUIMIENTO DE EJECUCION EN PROGRAMA AUTOCONSUMO A FAMILIAS EN EL AMBITO DE LA ALIMENTACION SALUDABLE
Jueves 16 de marzo	SEGUIMIENTO DE EJECUCION EN PROGRAMA AUTOCONSUMO A FAMILIAS EN EL AMBITO DE LA ALIMENTACION SALUDABLE
Viernes 13 de marzo	VISITAS DOMICILIARIAS PARA EVALUACION Y REFORZAMIENTO DE HABITOS SALUDABLES, A FAMILIAS DE LOS DISTINTOS PROGRAMAS DE DIDESO
Martes 21 de abril	VISITAS DOMICILIARIAS PARA EVALUACION Y REFORZAMIENTO DE HABITOS SALUDABLES, A FAMILIAS DE LOS DISTINTOS PROGRAMAS DE DIDESO



d

Jueves 23 de abril	SEGUIMIENTO DE EJECUCION EN PROGRAMA AUTOCONSUMO A FAMILIAS EN EL AMBITO DE LA ALIMENTACION SALUDABLE	
Viernes 24 de abril	SEGUIMIENTO DE EJECUCION EN PROGRAMA AUTOCONSUMO A FAMILIAS EN EL AMBITO DE LA ALIMENTACION SALUDABLE	

• **SEGUIMIENTO DE EJECUCION EN PROGRAMA AUTOCONSUMO A FAMILIAS EN EL AMBITO DE LA ALIMENTACION SALUDABLE**

Comenzamos con educación alimentaria a cada familia, según el diagnóstico alimentario realizado, en esta ocasión 10 de 12 familias mantienen un alto consumo de alimentos altos en grasas y 9 de 12 con alto consumo de alimentos altos en azúcares, por lo tanto en esta ocasión la educación alimentaria se basa en las desventajas de mantener este tipo de alimentación y como lograr reemplazar estos alimentos.

• **ELABORACION DE FICHAS Y PAUTAS TECNICAS DEL PROGRAMA AUTOCONSUMO**

- Fichas de sesiones individuales
- Entrega de infografía
- Recomendaciones para disminuir alimentos altos en azúcares y grasas

• **VISITAS DOMICILIARIAS PARA EVALUACION Y REFORZAMIENTO DE HABITOS SALUDABLES, A FAMILIAS DE LOS DISTINTOS PROGRAMAS DE DIDESO**

Educación sobre:

Comenzamos con La importancia de realizar actividad física para mantener una vida saludable.

- ¿Qué es la actividad física?
- ¿Cuál es la diferencia entre actividad física y ejercicio?
- ¿Por qué es importante realizar actividad física?
- ¿Cuánto es recomendable?
- 

Temas para tratar durante el año

- Actividad física
- Alimentación saludable
- Descanso adecuado
- Higiene personal
- Salud mental
- Evitar hábitos tóxicos (tabaco, drogas y alcohol)