

Yopal, febrero 28 de 2022

BOLETIN INFORMATIVO No.1

DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA Y ESTUDIANTES DEL COLEGIO DE LA PRESENTACION YOPAL

Durante la etapa preescolar y escolar, los niños y niñas presentan mayor riesgo de malnutrición por exceso (sobrepeso u obesidad) o déficit (desnutrición) debido a sus preferencias por alimentos como empaquetados y dulces, cuyo aporte nutricional es mínimo. De acuerdo con lo anterior, es importante que, como padres, garantes de su adecuado proceso de crecimiento y desarrollo, motiven a los niños y niñas a consumir frutas, hortalizas, carnes, huevos, leguminosas, lácteos en las cantidades adecuadas para la edad, así mismo, es importante que se mantengan activos para lograr con ello que en el futuro no se presenten Enfermedades Crónicas no Transmisibles tales como diabetes, hipertensión arterial, obesidad, eventos cardiovasculares, entre otros, pues los hábitos alimentarios creados en la infancia determinan las condiciones de salud en la edad adulta.

De igual manera, es importante que, durante la jornada escolar, en los refrigerios se ofrezcan alimentos como yogurt, kumis, queso, frutas enteras, agua o jugos naturales preparados en casa. Los padres y los maestros deben motivar con amor y respeto a los niños para que seleccionen alimentos saludables en la casa, en el colegio, u otro lugar.

Cabe resaltar que la alimentación escolar actual ofrecida en el colegio solo sufre alrededor del 45% del requerimiento calórico total diario, por lo que es necesario que los padres garanticen el porcentaje restante para un adecuado crecimiento y desarrollo de los niños y niñas. Este porcentaje corresponde a los tiempos de comida del refrigerio de la mañana y el almuerzo, es importante que el desayuno, el refrigerio de la tarde y la cena sea garantizada en sus hogares.

Atentamente

SANDY NATHALIA ORTEGA P.
Nutricionista Dietista P&S



COLEGIO DE LA PRESENTACIÓN - YOPAL

Aprobado por Resolución N° 1100 del 05 de Septiembre de 2016

CONGREGACIÓN HERMANAS DE LA CARIDAD DOMINICAS DE LA PRESENTACION DE LA SANTISIMA VIRGEN PROVINCIA DE BOGOTA
NIT. 860.006.745-6

CARÁCTER PRIVADO. CALENDARIO A

LISTA VEEDORES DEL RESTAURANTE

FECHA	NOMBRE Y APELLIDO
7/03/2022	Dagoberto Romero
8/03/2022	Yazmin Triana
9/03/2022	Miriam Pérez
10/03/2022	Magda Fernandez
11/03/2022	Erika Romina Jaime
14/03/2022	Victoria C. Vargas
15/03/2022	Valentina Castaño
16/03/2022	Aida Liliana Prieto
17/03/2022	Johana Mojica
18/03/2022	Osvaldo Acevedo
22/03/2022	Jon Jairo Martínez
23/03/2022	Juan Pablo Luna
24/03/2022	Magdiel Ramirez
25/03/2022	Diana Merchan
28/03/2022	Alexandra Riofrio
29/03/2022	Edith Navarro
30/03/2022	Astrid Segura