



Resolución Directoral

N° 046 -2020-DRSJ/OEGDRH

Huancayo, 23. de Enero del 2020

VISTO: El Memorándum Nro. 31-2020-GRJ-DRSJ-DG, Reporte N° 002-2020-GRJ-DRSJ-DEPS/UVS y la DIRECTIVA N° 001 - ADQUISICIÓN DE REFRIGERIOS EN EL MARCO DE LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN SALUDABLE.

CONSIDERANDO:

Que, la Ley 27867, Ley Orgánica de los Gobiernos Regionales, en su Artículo 2° refiere: Los Gobiernos Regionales emanan de la voluntad popular. Son personas jurídicas de derecho público, con autonomía política, económica y administrativa en asuntos de su competencia, constituyendo para su administración económica y financiera un Pliego Presupuestal;

Que, la Dirección Regional de Salud Junín de acuerdo al Reglamento de Organización y Funciones aprobado con Ordenanza Regional N° 220-GRJ/CR de fecha 01 de diciembre del 2015, es el órgano de línea de la Gerencia Regional de Desarrollo Social del Gobierno Regional de Junín y que por delegación de la Alta Dirección del Ministerio de Salud y del Gobierno Regional de Junín, ejerce autoridad de salud en la región Junín;

Que, conforme señala el Reglamento de Organización y Funciones (ROF) en su Artículo 14°. Entre las atribuciones del Director General de Salud se encuentra "... h) Aprobar directivas, normas complementarias salud, los planes y documentos de gestión de la Dirección Regional de Salud Junín".

Que, la Organización Mundial de la Salud pondera que una alimentación saludable protege de la malnutrición en todas sus formas; así como de las enfermedades no transmisibles, como la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer, asimismo señala que los hábitos alimentarios, el menor gasto de energía asociado a estilos de vida sedentarios - unidos al tabaquismo y al consumo de alcohol - son los principales factores de riesgo de las enfermedades no transmisibles;

Que, la alimentación saludable se describe como el hecho de ingerir aquellos alimentos que aporten los nutrientes necesarios para el buen funcionamiento del organismo y también, aquellos que nos ayudan a sentirnos bien. Una base para empezar a comer bien es conocer lo que dice la nueva pirámide alimenticia. Existe un dicho que señala "ERES LO QUE COMES". La comida que ingieres influye directamente en tu sistema inmunológico, en tu estado de ánimo, en tu cantidad de energía y en tu físico también. Por ello "comer sano" no es solo cuestión de moda, es también de salud;

Que, la promoción de la salud hace énfasis en la acción sobre los determinantes sociales de la salud, estos son las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen;



Que, el entorno del lugar de trabajo está establecido claramente como un área de acción importante para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. La promoción de la salud en los lugares de trabajo tiene como objetivo el bienestar y mejoramiento de la salud de los trabajadores, la Organización Mundial de la Salud define entorno de trabajo saludable como aquel en el que los trabajadores y jefes colaboran en un proceso de mejora continua para promover y proteger la salud, seguridad y bienestar de los trabajadores y la sustentabilidad del ambiente de trabajo;

Cabe señalar que el lugar de trabajo es considerado como una ubicación ideal para llevar a la práctica una alimentación saludable, ya que se constituyen en entornos en los que un grupo de personas se reúne en un mismo espacio, en un horario específico, día tras día, pasan un tercio de las horas del día y existe la posibilidad de llegar a una proporción importante de trabajadores adultos;

Que, en tal sentido, resulta menester referir que los refrigerios contribuyen a un buen rendimiento físico y mental durante el día y debe cubrir del 10 al 15% de los requerimientos calóricos que la persona necesita diariamente y no reemplaza el desayuno, ni el almuerzo.

Que, por ello, en el marco de sus funciones, la Dirección Ejecutiva de Promoción de la Salud, ha elaborado la DIRECTIVA N° 001 - ADQUISICIÓN DE REFRIGERIOS EN EL MARCO DE LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN SALUDABLE, con la finalidad de promover la alimentación saludable en los trabajadores y usuarios de la Dirección Regional de Salud Junín y dependencias; detallando un listado de refrigerios que fueron planteados considerando las recomendaciones de alimentación saludable para el grupo poblacional adulto y adulto mayor con una dieta de 2000 a 2500 calorías totales del día. Los alimentos seleccionados en los refrigerios se basaron en su disponibilidad, acceso, uso y valor nutricional, además de los criterios indicados en la R.M. 1353-2018/MINSA que establece los principios para una alimentación saludable en la población peruana; Teniendo como premisa de que las acciones de promoción de salud referidas a la alimentación saludable en lugares de trabajo o centros laborales contribuye a la mejora de salud y productividad de los trabajadores, extendiéndose estos beneficios a los empleadores;

Que, en tal sentido, resulta factible la aprobación de la DIRECTIVA N° 001 - ADQUISICIÓN DE REFRIGERIOS EN EL MARCO DE LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN SALUDABLE, con el objetivo de promover y contribuir a mejorar los hábitos y conductas en alimentación y nutrición saludable en un marco de sostenibilidad, a fin de fortalecer la vigilancia para el mantenimiento de la salubridad, así como apoyarse en mitigar los problemas de malnutrición por déficit (desnutrición y anemia) y por exceso (sobrepeso, obesidad y sus enfermedades conexas, problemas cardiovasculares, hipertensión, diabetes, etc.) en el personal de salud y usuarios, provocados por consumo irresponsable de productos no saludables (comida chatarra), realidad que afecta la salud, en especial el desarrollo físico y cognitivo, comprometiendo el sistema inmunológico, aumentando la susceptibilidad a enfermedades transmisibles y no transmisibles, limitando así, la realización del potencial humano que además, reduce la productividad, incrementando la carga social y económica negativa que ésta genera, con repercusión en la familia y la comunidad;



Resolución Directoral

Nº 046 -2020-DRSJ/OEGDRH

Huancayo, 23 de Enero del 2020

Que, en tal sentido, el Director Regional de Salud Junín mediante Memorándum Nro. 31-2020-GRJ-DRSJ-DG de fecha 15 de Enero del año en curso, dispone emitir el resolutivo aprobando la DIRECTIVA Nº 001 - ADQUISICIÓN DE REFRIGERIOS EN EL MARCO DE LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN SALUDABLE, con la finalidad de promover la alimentación saludable en los trabajadores y usuarios de la Dirección Regional de Salud Junín y dependencias;

En uso de las atribuciones conferidas en la Resolución Ejecutiva Regional Nº 008-2020-GRJ/GR y;

Estando a lo informado a la Dirección Ejecutiva de Gestión y Desarrollo de Recursos Humanos y con la visación del Asesor Jurídico de la Dirección Regional de Salud Junín;

SE RESUELVE:

Artículo Primero: APROBAR la DIRECTIVA Nº 001 - ADQUISICIÓN DE REFRIGERIOS EN EL MARCO DE LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN SALUDABLE, con el objetivo de definir los criterios técnicos para la adquisición de refrigerios destinados a su consumo en las diferentes actividades e intervenciones desarrolladas por la Dirección regional de Salud Junín y dependencias; que en documento adjunto forma parte integrante de la presente resolución.

Artículo Segundo: Lo establecido en la presente Directiva es de cumplimiento obligatorio en la Dirección Regional de Salud Junín, Redes, Microredes y todas las IPRESS.

Artículo Tercero: ENCARGAR a la Dirección Ejecutiva de Administración y Dirección Ejecutiva de Promoción de la Salud de la Dirección Regional de Salud Junín, efectuar la difusión, implementación y aplicación de la Directiva General aprobada en el artículo precedente de la presente resolución, bajo responsabilidad.

Artículo Cuarto.- Notificar la presente Resolución a la Dirección Ejecutiva de Administración, Dirección Ejecutiva de Promoción de la Salud de la DIRESA Junín y a las demás Instancias administrativas correspondientes para su conocimiento y fines que corresponden.

Regístrese, Comuníquese y Archívese



GOBIERNO REGIONAL - JUNÍN
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD JUNÍN
[Firma]
Dr. Henry Olivera Changra
C.M.P. 57070
DIRECTOR REGIONAL DE SALUD JUNÍN

GOBIERNO REGIONAL - JUNÍN
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD JUNÍN
Lo que transcribo a Usted, para su conocimiento y fines pertinentes

[Firma]
Abog. Noemi Esther León Vivas
DIRECTORA EJECUTIVA DE LA OFICINA DE GESTIÓN Y DESARROLLO RECURSOS HUMANOS

PROMESA

DIRECTIVA N° 001 PARA LA ADQUISICIÓN DE REFRIGERIOS EN EL MARCO DE LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN SALUDABLE

I. FINALIDAD

Promover la alimentación saludable en los trabajadores y usuarios de la Dirección Regional de Salud Junín y dependencias.

II. OBJETIVO

Definir los criterios técnicos para la adquisición de refrigerios destinados a su consumo en las diferentes actividades e intervenciones desarrolladas por la Dirección Regional de Salud Junín y dependencias.

III. AMBITO DE APLICACIÓN

Lo establecido en la presente Directiva es de cumplimiento obligatorio en la Dirección Regional de Salud Junín, redes, micronecesidades e IPRESS. De la misma manera, puede servir de referencia y como documento de interés en instituciones y organizaciones públicas y privadas.

IV. BASE LEGAL

- Resolución Ministerial N°229-2016/MINSA, que aprobó los Lineamientos de políticas y estrategias para la prevención y control de enfermedades no transmisibles 2016 - 2020
- Resolución Ministerial N° 1353-2018/MINSA, que aprobó las Guías Alimentarias para la población peruana.

V. DISPOSICIONES GENERALES.

5.1 DEFINICIONES OPERATIVAS

5.1.1 REFRIGERIO: Es cualquier alimento o combinación de alimentos que proveen de energía por un determinado tiempo. Cubre del 10 a 15 % de los requerimientos calóricos que la persona necesita diariamente.

5.1.2 ALIMENTACIÓN SALUDABLE: Es una alimentación variada, preferentemente en estado natural o con procesamiento mínimo, que aporta energía y todos los nutrientes esenciales que toda persona necesita para mantenerse sana, permitiéndole tener una mejor calidad de vida en todas las edades.

5.1.3 ALIMENTO PROCESADO: Es aquel alimento elaborado de manera artesanal o industrial, a partir de alimento o alimentos en estado natural. Para su elaboración se añade sal, azúcar, aceite u otras sustancias de uso culinario con el propósito de hacerlos durables y más agradables al paladar. En su preparación se utiliza diferentes procedimientos, entre los cuales destacan la cocción, el secado o la fermentación no alcohólica como el caso de los panes, el queso y el yogurt.

5.1.4 ALIMENTO ULTRAPROCESADO: Es una formulación industrial fabricada íntegra o mayormente con sustancias extraídas de alimentos (aceites, grasas, azúcar, almidón, proteínas), derivadas de constituyentes de alimentos (grasas hidrogenadas, almidón modificado) o sintetizadas en laboratorios a partir de materias orgánicas, como derivados de petróleo y carbón (colorantes, aromatizantes, resaltadores de sabor y diversos tipos de aditivos usados para dotar a los productos de propiedades sensoriales atractivas. **Son ejemplo de este tipo de alimentos;** mayonesas y otras cremas o salsas embaizadas, las bebidas gaseosas endulzadas, jugos de fruta embotellados, embutidos, panes empaquetados, galletas dulces, rellenas y saladas, comidas para preparar en microondas.



5.1.5 PORCIÓN: Es la cantidad de alimento expresada en medidas caseras, que aporta una cantidad determinada de calorías, lípidos, carbohidratos y proteínas.

VI. DISPOSICIONES ESPECÍFICAS

6.1 Descripción General:

El refrigerio contribuye a un buen rendimiento físico y mental durante el día y debe cubrir del 10 al 15% de los requerimientos calóricos que la persona necesita diariamente y no reemplaza el desayuno, ni el almuerzo.

El listado de refrigerios detallado a continuación, se ha diseñado considerando las recomendaciones de alimentación saludable para el grupo poblacional adulto y adulto con una dieta de 2000 a 2500 calorías totales del día mayor de acuerdo a la normatividad vigente.

Los alimentos seleccionados en los refrigerios se basaron en su disponibilidad, acceso, uso y valor nutricional y en los criterios indicados en la R.M. 1353-2018/MINSA que establece los principios para una alimentación saludable en la población peruana.

Tabla N° 01: Refrigerios saludables según región natural

REFRIGERIOS SELVA	REFRIGERIOS SIERRA
Causa De Pollo+ Refresco De Cocona	Causa de pollo + refresco de manzana
Pan con filete de carne + refresco de maracuya	Pan con queso fresco + maca y frutos secos
Sándwich de lomo saltado de carne (carne magra, cebolla, tomate, perejil) + refresco de chicha morada	Sándwich de lomo saltado de carne (carne magra, cebolla, tomate, perejil) + refresco de chicha morada
Sándwich de lomo saltado de pollo (cebolla, tomate, perejil, pollo) + refresco de maracuyá	Sándwich de lomo saltado de pollo (cebolla, tomate, perejil, pollo) + refresco de quinua
Sándwich triple de pollo (palta, tomate, pollo, apio) + refresco de piña	Sándwich triple de pollo (palta, tomate, pollo, apio) + refresco de cebada
Yuca sancochada y carne saltada + refresco de piña	Choclo sancochado + queso (30 gr) + quinua con manzana
Causa de filete de atún en conserva en agua y sal (papa, zanahoria, vainita, perejil, atún) + refresco de maíz morado	Causa de filete de atún en conserva en agua y sal (papa, zanahoria, vainita, perejil, atún) + refresco de maíz morado
Ensalada de frutas (papaya, piña, plátano, mango, uvas) + vaso de 180 cc de yogurt descremado	Ensalada de frutas (papaya, piña, aguaymanto, plátano, uvas) + vaso de 180 cc de yogurt descremado
Sándwich triple con 1 huevo duro + palta +tomate con refresco de carambola	Sándwich triple con 1 huevo duro + palta +tomate con refresco de carambola



Tamal de pollo con cebolla, cocona y aji charapita + refresco de fruta de estación	Tamal de pollo con cebolla, cocona y rocoto + café pasado
Sándwich de carne + refresco de piña	Sándwich de lechón + refresco de quinua con manzana
Yuca y huevo (1 unidad) sancochado con salsa de ocopa o huancaína	Papa y huevo (1 unidad) sancochado con salsa de ocopa o huancaína
Juane de pollo cocona y aji charapita + refresco de fruta de estación	Arroz con leche y mazamorra morada + frutas secas

Tablas N° 02: Refrigerios saludables opcionales para campañas

2 frutas enteras medianas (manzana chilena, pera de agua, mandarina) + agua mineral en 600 cc, adecuadamente envasados

1 fruta entera mediana + 1 paquete de galleta soda o de agua + agua mineral de 600 cc, adecuadamente envasados

6.2 Indicaciones

- Sobre los insumos:
 - Las preparaciones tendrán como materia prima alimentos naturales, considerando aquellos de la zona y de la estación.
 - Evitar el uso de alimentos ultra procesados (mayonesa envasada, embutidos, refrescos envasados, galletas rellenas dulces y saladas, entre otros).
 - Los insumo a utilizar en las preparaciones deberán satisfacer los requisitos de calidad e inocuidad sanitaria establecidos en las normas de la autoridad competente.
 - Evitar el uso de alimentos procesados y ultraprocesados que tengan advertencias publicitarias expresando contenido de sodio, azúcar y grasas saturadas excedente según los parámetros técnicos establecidos en el artículo 4 del Reglamento de la Ley N° 30021, Ley de Promoción de la Alimentación Saludable para Niños, Niñas y Adolescentes.
- Sobre las frutas y verduras:
 - Las frutas enteras tendrán el tamaño proporcional a un puño de una mano adulta (Ver anexo N°01)
 - Puede reemplazarse los insumos referidos a frutas y verduras de acuerdo a la disponibilidad según localidad y estación.
- Sobre las bebidas:
 - Tendrán una medida de no menos de 300cc
 - Se utilizará 1 ½ cucharita de azúcar para las bebidas en base a frutas
 - Se utilizará 2 cucharita de azúcar para las bebidas en base a cereales y granos
 - Podrán reemplazarse los insumos referidos a frutas, cereales y granos de acuerdo a la disponibilidad según localidad y estación.
 - Prohibido el uso de refrescos artificiales.

- Sobre los sandiwich / entremés:



- Para los refrigerios con proteína animal la cantidad debe ser de 60 gr. la porción (Ver anexo N° 02)
- El pan elegido por el proveedor debe ser en lo posible local y pesar de 30 a 35 gr. (Ver anexo N° 02)
- Para el caso del tamal y causa el peso comestible no debe superar los 200 gr.
- Sobre el servido
 - Deberá de considerar el uso de envases biodegradables / reciclables y reutilizables (menaje de loza, vidrio y cubiertos de acero inoxidable)

VII. RESPONSABILIDADES

La responsabilidad del cumplimiento de la presente directiva será pro la máxima autoridad de cada instancia que realice el requerimiento de refrigerios.



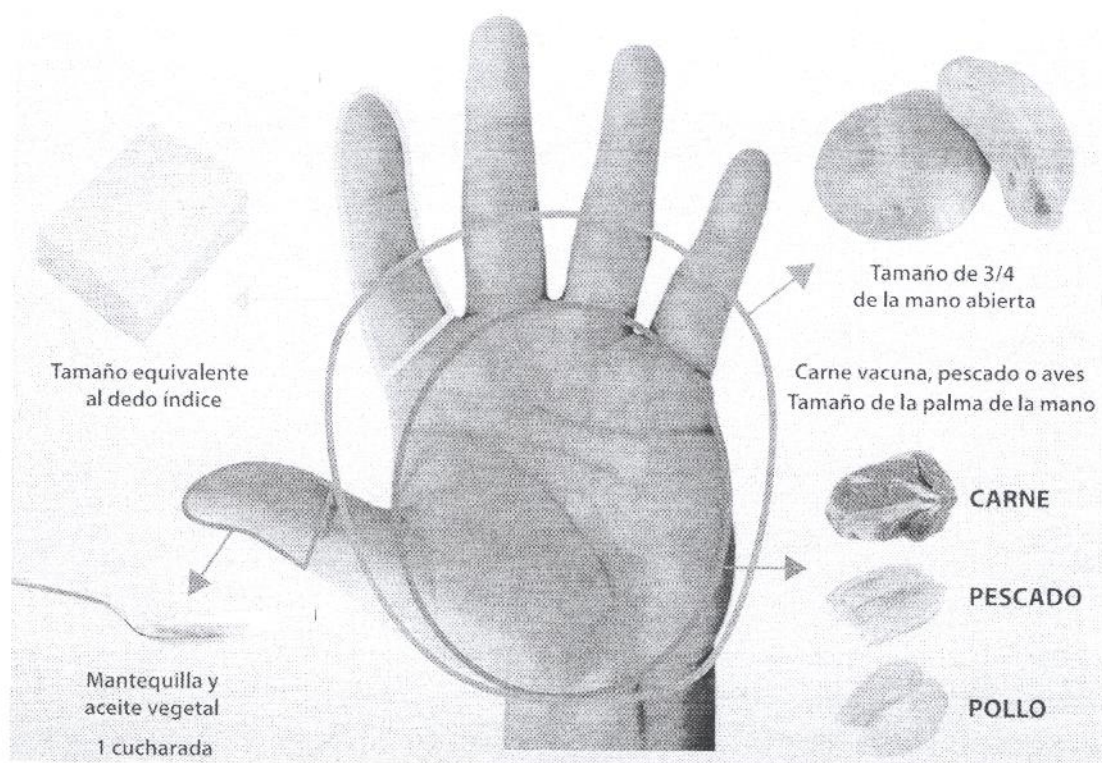
VIII. ANEXOS

ANEXO N° 01: Tamaño de la fruta fresca



Fuente: Centro Nacional de Alimentación y Nutrición – Instituto Nacional de Salud

Anexo N° 02: Tamaño de alimento de origen animal



Fuente: Centro Nacional de Alimentación y Nutrición – Instituto Nacional de Salud