



Resolución Directoral

Lima, 01 de Diciembre del 2017

Visto, el Expediente 17-103314-002, que contiene los Informes N°s 02-2017-NUT-ESST-ODRH-OGRH/MINSA, 3-2017-NUT-ESST-ODRH-OGGRH/MINSA, y, 04-2017-NUT-ESST-ODRH-OGGRH/MINSA; la Nota Informativa N° 080-2017-EBS-ODRH/OGRH/MINSA; el Memorándum N° 3277-2017-OGGRH/MINSA; el Memorándum N°1033-2017-OGAJ/MINSA; y,

CONSIDERANDO:

Que, el Acuerdo Nacional contiene Políticas de Estado elaboradas y aprobadas con la finalidad de definir el rumbo para el desarrollo sostenible del país y afirmar su gobernabilidad democrática, sobre la base de cuatro ejes temáticos: i) Democracia y Estado de Derecho; ii) Equidad y Justicia Social; iii) Competitividad del país; y, iv) Estado Eficiente, Transparente y Descentralizado;

Que, en los literales e) y m) de la Décima Tercera Política de Estado, referida al Acceso Universal a los Servicios de Salud y a la Seguridad Social, el Estado promoverá hábitos de vida saludables y desarrollará una política intensa y sostenida de capacitación oportuna y adecuada de los recursos humanos involucrados en las acciones de salud para asegurar la calidad y calidez de la atención a la población;

Que, del mismo modo, en los literales j) y o) de la Décima Quinta Política de Estado, referida a la Promoción de la Seguridad Alimentaria y Nutrición, se prescribe la búsqueda de la satisfacción de las necesidades nutricionales para las personas expuestas a la inseguridad alimentaria; y que el Estado capacitará y educará a la población en temas de nutrición, salud, higiene, vigilancia nutricional y derechos ciudadanos, para lograr una alimentación adecuada;

Que, en los literales a) y d) del artículo 5 de la Ley de Organización y Funciones del Ministerio de Salud, aprobada por el Decreto Legislativo N° 1161, se establece como función rectora de dicha Entidad la de formular, planear, dirigir, coordinar, ejecutar, supervisar y evaluar la política nacional y sectorial de Promoción de la Salud, Prevención de Enfermedades, Recuperación y Rehabilitación en Salud, bajo su competencia, aplicable a todos los niveles de gobierno; y la de realizar el seguimiento y evaluación respecto del desempeño y obtención de resultados alcanzados de las políticas, planes



y programas en materia de su competencia, en los niveles nacionales, regionales y locales, respectivamente;

Que, del mismo modo, en los literales a) y e) del artículo 7 de la norma antes citada, se señala como función específica del Ministerio de Salud, la de regular la organización y prestación de servicios de salud; y, la de promover y participar en el desarrollo y fortalecimiento de las capacidades y competencias de los recursos humanos en salud, respectivamente;

Que, de otro lado, los literales d), f) y j) del artículo 48 del Reglamento de Organización y Funciones del Ministerio de Salud, aprobado por el Decreto Supremo 008-2017-SA establece dentro de las funciones de la Oficina General de Gestión de Recursos Humanos las de promover y supervisar el óptimo rendimiento del personal que labora en los órganos de administración interna y línea del Ministerio de Salud; gestionar las medidas correctivas del personal que labora en los órganos de administración interna y línea; y, promover y supervisar las condiciones que garanticen la salud en el trabajo así como proponer programas de bienestar para el personal de la Administración Central del Ministerio de Salud;

Que, de conformidad con el artículo 140 del Reglamento del Decreto Legislativo N° 276, Ley de Bases de la Carrera Administrativa y de Remuneraciones del Sector Público, aprobado por el Decreto Supremo 005-90-PCM, en concordancia con el artículo 17 de la Ley Marco del Empleo Público, aprobado por la Ley N° 28175, se establece que la Administración Pública a través de sus entidades, debe diseñar y establecer políticas para implementar, de modo progresivo, programas de bienestar social e incentivos dirigidos a la promoción humana de los servidores y su familia;

Que, el artículo 6 de la Ley del Servicio Civil, aprobada por la Ley N° 30057, establece que las Oficinas de Recursos Humanos de las Entidades Públicas constituyen el nivel descentralizado responsable de la Gestión de Recursos Humanos; y por su parte, el Reglamento General de la Ley del Servicio Civil, aprobado por el Decreto Supremo N° 040-2014-PCM, a través del literal c) del numeral 3.7 del artículo 3 considera al Bienestar Social como un subsistema de la Gestión de Relaciones Humanas y Sociales;

Que, mediante el Informe N° 02-2017-NUT-ESST-ODRH-OGRH/MINSA, se presentaron los resultados de las evaluaciones nutricionales antropométricas y bioquímicas obtenidas durante los años 2016 y 2017, así como los indicadores del estado nutricional encontrados en dichos años; por lo que se sugirió implementar programas de sensibilización nutricional y brindar programas de alimentación y consejería nutricionales a través de regímenes dietarios hipocalóricos, hipoglúcidos e hiposódicos para el personal de la Administración Central del Ministerio de Salud;

Que, mediante el Informe N° 3-2017-NUT-ESST-ODRH-OGGRH/MINSA, y en función de los resultados del perfil lipídico y evaluación nutricional, se presentó una propuesta con los requerimientos nutricionales para la implementación de un Programa de Complemento Nutricional para los trabajadores del Ministerio de Salud, a ejecutarse en el marco de las políticas de Bienestar Social;

Que, mediante la Nota Informativa N° 080-2017-EBS-ODRH/OGRH/MINSA, y en vista de la situación de la salud del personal de la Administración Central del Ministerio de Salud, se recomendó incluir en el Plan Anual de Bienestar Social del Ministerio de Salud, un Programa de Complemento Nutricional para generar condiciones alimentarias saludables que permitan evitar, prevenir y corregir los daños a la salud y mejorar el desempeño laboral;



F. ARAUJO G.



G. REMY LL.



J. OTOYA



Resolución Directoral

Lima, 01 de Diciembre del 2017

Que, mediante el Memorándum N° 3277-2017-OGGRH/MINSA se elevó la consulta a la Oficina General de Asesoría Jurídica del Ministerio de Salud, con el objeto de que en su calidad de órgano de asesoramiento y responsable de brindar asesoría jurídica, se pronuncie sobre la pertinencia de incluir un Programa de Complemento Nutricional en el Plan Anual de Bienestar Social del Ministerio de Salud destinado al personal nombrado, con carácter temporal y consistente en la entrega de tarjetas de consumo en establecimientos autorizados para la adquisición de determinados alimentos y parámetros;

Que, mediante el Memorándum N° 1033-2017-OGAJ/MINSA la Oficina General de Asesoría Jurídica del Ministerio de Salud, se pronunció a favor de la inclusión del Programa de Complemento Nutricional en el Plan Anual de Bienestar Social del Ministerio de Salud; señalando que corresponde a la Oficina General de Gestión de Recursos Humanos del Ministerio de Salud, emitir el acto administrativo;

Que, mediante el Informe N° 04-2017-NUT-ESST-ODRH-OGGRH/MINSA, se incorporó la sugerencia efectuada en el Informe 3-2017-NUT-ESST-ODRH-OGGRH/MINSA, y se presenta el Programa de Complemento Nutricional actualizado para su inclusión en el Plan Anual de Bienestar Social del Ministerio de Salud;

Que, de conformidad con lo establecido en el Decreto Legislativo que aprueba la Ley de Organización y Funciones del Ministerio de Salud, aprobado por el Decreto Legislativo N° 1161, y, del artículo 47 del Reglamento de Organización y Funciones del Ministerio de Salud, aprobado por el Decreto Supremo N° 008-2017-SA;

SE RESUELVE:

Artículo 1.- Incorporar en el Plan Anual de Bienestar Social del Ministerio de Salud, el Programa de Complemento Nutricional destinado al personal nombrado, con carácter temporal, el mismo que como Anexo forma parte integrante de la presente Resolución.

Artículo 2.- Disponer que la Oficina de Desarrollo de Recursos Humanos de la Oficina General de Gestión de Recursos Humanos efectúe las acciones correspondientes para la implementación del Programa señalado en el artículo precedente.



RAJOG



G. Remy LL.

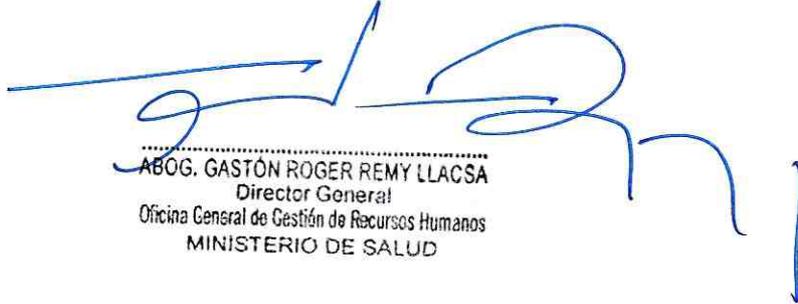


J. OTOYA



Artículo 3.- Encargar a la Oficina de Transparencia y Anticorrupción la publicación de la presente Resolución Directoral en el Portal de Transparencia del Ministerio de Salud.

Regístrese y comuníquese,



.....
ABOG. GASTÓN ROGER REMY LLACSA
Director General
Oficina General de Gestión de Recursos Humanos
MINISTERIO DE SALUD





PERÚ

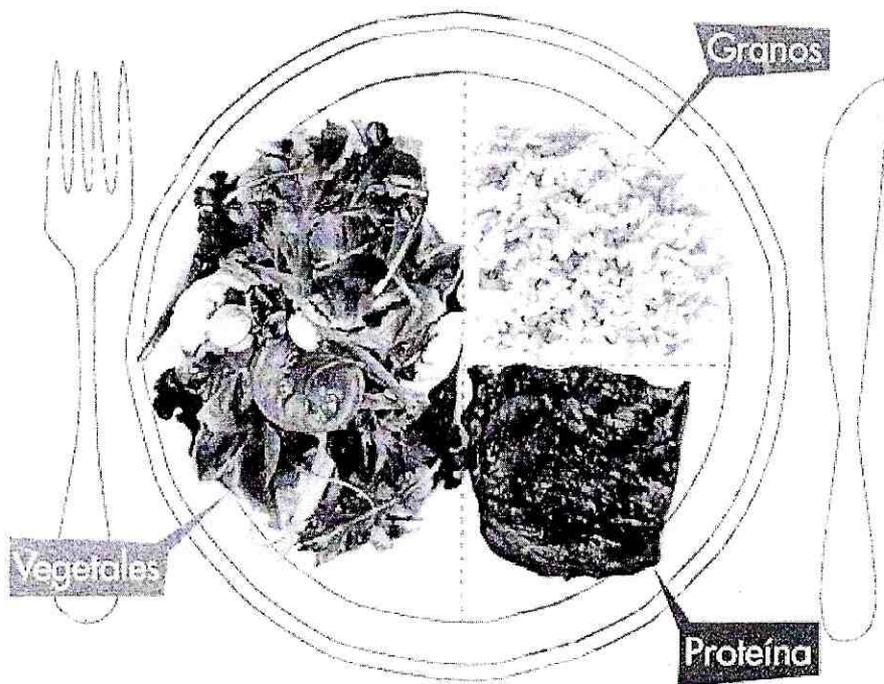
Ministerio de Salud

Oficina General de Gestión de Recursos Humanos

"Año del buen Servicio al ciudadano"

ANEXO

"PROGRAMA DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL"



vegetales

Los vegetales proveen el máximo valor de nutrición con un mínimo impacto calórico.

Llena no más de un $\frac{1}{4}$ del plato con granos y/o cereales

Los granos ricos en fibra le ayudan a sentirse lleno y saciado.

Llena el último $\frac{1}{4}$ con una porción de proteína saludable

*Estas comidas proveen proteína y grasas saludables que ayudan a prevenir fuertes aumentos de la azúcar en la sangre.

*Le recomendamos que acompañe o use grasas saludables para las carnes. Piense en aceite de oliva, de aguacate, de semillas o de



PROGRAMA DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL

Llevar una dieta sana a lo largo de la vida ayuda a prevenir la malnutrición en todas sus formas, así como distintas enfermedades no transmisibles y diferentes afecciones. Sin embargo, el aumento de la producción de alimentos procesados, la rápida urbanización y el cambio en los estilos de vida han dado lugar a un cambio en los hábitos alimentarios. Ahora se consumen más alimentos hipercalóricos, más grasas saturadas, más grasas de tipo trans, más azúcares libres y más sal o sodio; además, hay muchas personas que no comen suficientes frutas, verduras y fibra dietética, como por ejemplo cereales integrales.

La composición exacta de una alimentación saludable, equilibrada y variada depende de las necesidades de cada persona (por ejemplo, de su edad, sexo, hábitos de vida, ejercicio físico), el contexto cultural, los alimentos disponibles localmente y los hábitos alimentarios. No obstante, los principios básicos de la alimentación saludable son siempre los mismos.

GENERALIDADES:

Alimentación sana

Datos y cifras

- Una dieta saludable ayuda a protegernos 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.
- Las dietas insalubres y la falta de actividad física están entre los principales factores de riesgo para la salud en todo el mundo.
- Los hábitos alimentarios sanos comienzan en los primeros años de vida. La lactancia materna favorece el crecimiento sano y mejora el desarrollo cognitivo; además, puede proporcionar beneficios a largo plazo, como la reducción del riesgo de presentar sobrepeso y obesidad y de sufrir enfermedades no transmisibles en etapas posteriores de la vida.
- La ingesta calórica debe estar en consonancia con el gasto calórico. Los datos científicos de que se dispone indican que las grasas no deberían superar el 30% de la ingesta calórica total para evitar un aumento de peso, lo que implica dejar de consumir grasas saturadas para consumir grasas no saturadas y eliminar gradualmente las grasas industriales de tipo trans.
- Limitar el consumo de azúcar libre a menos del 10% de la ingesta calórica total forma parte de una dieta saludable. Para obtener mayores beneficios, se recomienda reducir su consumo a menos del 5% de la ingesta calórica total.
- Mantener el consumo de sal por debajo de 5 gramos diarios ayuda a prevenir la hipertensión y reduce el riesgo de enfermedad cardíaca y de accidente cerebrovascular en la población adulta.
- Los Estados Miembros de la OMS han acordado reducir el consumo de sal entre la población mundial en un 30% y detener el aumento de la obesidad y la diabetes en adultos y adolescentes, así como en sobrepeso infantil de aquí a 2025.



Consejos prácticos para mantener una alimentación saludable

Frutas, verduras y hortalizas

- Comer al menos cinco piezas o porciones (o 400 g) de frutas y verduras al día reduce el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles y ayuda a garantizar una ingesta diaria suficiente de fibra dietética.
- Con el fin de mejorar el consumo de frutas y verduras se puede: incluir verduras en todas las comidas, comer frutas frescas y verduras crudas como aperitivos, comer frutas y verduras frescas de temporada, comer una selección variada de frutas y verduras.

Grasas

Reducir el consumo total de grasa a menos del 30% de la ingesta calórica diaria contribuye a prevenir el aumento de peso en la población adulta. Además, el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles disminuye al reducir el consumo de grasas saturadas a menos del 10% de la ingesta calórica diaria, y de grasas de tipo trans a menos del 1%, y al sustituir esas grasas por las grasas no saturadas. La ingesta de grasas puede reducirse del modo siguiente:

- Modificando la forma de cocinar: separando la parte grasa de la carne; utilizando aceites vegetales (de origen no animal); cocinando los alimentos o cocinándolos al vapor o al horno, en lugar de freírlos.
- Evitando el consumo de alimentos procesados que contengan grasas de tipo trans;
- Reduciendo el consumo de alimentos con un contenido alto en grasas saturadas (por ejemplo, queso, helados, carnes grasas).

La sal, el sodio y el potasio

La mayoría de la gente consume demasiado sodio a través de la sal (una media de 9 g a 12 g de sal diarios) y no consume suficiente potasio. Un consumo elevado de sal e insuficiente de potasio (menos de 3,5 g) contribuye a la hipertensión arterial, que, a su vez, incrementa el riesgo de enfermedad coronaria y accidente cerebrovascular. Se podrían evitar 1,7 millones de muertes cada año si el consumo de sal se redujera al nivel recomendado, esto es, menos de 5 gramos diarios.

A menudo no se es consciente de la cantidad de sal que se consume. En muchos países, la mayoría de esa sal procede de alimentos procesados (por ejemplo, platos preparados, carnes procesadas como el beicon, jamón, salchichón, queso o aperitivos salados) o de alimentos que se consumen con frecuencia en grandes cantidades (por ejemplo, el pan). La sal también se añade a los alimentos cuando se cocinan (por ejemplo, caldos, concentrados de caldo de distinto tipo, la salsa de soja y la salsa de pescado) o en la mesa (por ejemplo, la sal de mesa).

El consumo de sal puede reducirse del modo siguiente:

- No añadiendo sal, salsa de soja o salsa de pescado al preparar los alimentos;
- No poniendo sal en la mesa;
- Reduciendo el consumo de aperitivos salados;
- Eligiendo productos con menos contenido en sodio.

Azúcar:

La ingesta de azúcares libres debería reducirse a lo largo de la vida. Los datos de que se dispone indican que la ingesta de azúcares libres en niños y adultos se debería reducir a menos del 10% de la ingesta calórica total; para obtener mayores beneficios para la salud, esa cantidad debería ser inferior al 5%. Por azúcar libre se entienden todos los azúcares que los fabricantes, los cocineros o los propios consumidores añaden a los alimentos o las bebidas que se van a consumir, así como azúcares presentes de forma natural en la miel, los jarabes, y los zumos y concentrados de frutas.

El consumo de azúcar libre aumenta el riesgo de caries dental. El exceso de calorías procedentes de alimentos y bebidas con un alto contenido en azúcar libre también contribuye al aumento de peso, que puede dar lugar a sobrepeso y obesidad. La ingesta de azúcar puede reducirse del modo siguiente:

- Limitando el consumo de alimentos y bebidas con alto contenido de azúcar (por ejemplo, bebidas azucaradas, aperitivos azucarados y golosinas).
- Comiendo frutas y verduras crudas en lugar de aperitivos azucarados.

OBJETIVOS:

- Identificar los malos hábitos alimentarios de los trabajadores del ministerio de salud
- Fomentar la actividad física
- Sensibilizar la cultura de prevención de enfermedades a través de una alimentación saludable.

METODOLOGIA:

- Impartición de charlas y sesiones educativas al personal del Ministerio de Salud, de duración corta (25 minutos) en las que se transmiten los conceptos fundamentales de alimentación saludable.
- Aplicación de encuestas de consumo (test de 24 horas).
- Atención personalizada en consulta.
- Talleres de intervención sobre problemas que tienen base en una alimentación no saludable.

1ra Sesión de trabajo	Charla y capacitación Aplicación de Test de consumo de alimentos	30 minutos 10 minutos	Grupal Grupal
2da Sesión de trabajo	Consulta y consejería Entrega de Resultados de Test de consumo de alimentos	15 minutos	Individual
3ra Sesión de trabajo	Taller y Sesión Demostrativa de Preparación de ensaladas y platos Nutritivos.	60 minutos	Grupal





PERÚ

Ministerio
de Salud

Oficina General de Gestión
de Recursos Humanos

"Año del buen Servicio al ciudadano"

APLICACIÓN:

El Programa de Complemento Nutricional que se incorpora al Plan Anual de Bienestar Social del Ministerio de Salud estará destinado al personal nombrado, con carácter temporal, y debe brindarse tomando en consideración los costos estimados, sin superar a suma de S/ 25.00 para la adquisición de los siguientes grupos de alimentos saludables, la que debe considerar lo siguiente:

DESAYUNO PARA EL ADULTO TRABAJADOR SANO:

GRUPOS DE ALIMENTOS	Cantidad	Costo aproximado referencial
Avena o cereal	30gr	S/. 8.00
Pan, tostada, etc.	60gr	
Leche, yogurt, etc.	120ml	
Fruta (jugos, enteras, licuadas, etc.)	120gr	
Queso, palta, aceituna, huevo, etc.	40gr	

MENU (ALMUERZO) PARA EL ADULTO TRABAJADOR SANO:

GRUPOS DE ALIMENTOS	Cantidad	Costo aproximado referencial
Arroz o pasta (1 taza)	100gr	S/. 17.00
Carne (pollo, pescado, pavita, ternera, etc.)	200gr	
Leguminosas o menestras	80gr	
Porción de fruta	120gr	
Agua o infusión	250ml	

Que, el carácter temporal del Programa debe estar sujeto a evaluaciones antropométricas y bioquímicas, a fin de observar la mejora de los niveles obtenidos teniendo como línea de base los resultados obtenidos los años 2016 y 2017. Por tanto, las evaluaciones a los trabajadores nombrados del Ministerio de Salud, se deben realizar de forma periódica anual, a fin de observar las variaciones cualitativas de los niveles que se obtengan en cada evaluación.


Lic. Melisa Zamalloa Medina
Bromatóloga Nutricionista - CNP 3837
OGGRH - ODRH - ESST
MINISTERIO DE SALUD