



# ***Boletín Informativo***

**Edición 152 . Marzo 2025**

# Contenido

3

## **Editorial**

Por la Directora Ejecutiva de Fenavi Santander.

5

## **Actividad Gremial**

Principales Actividades del mes.

18

## **Sostenibilidad**

Documento para consulta pública.

21

## **Técnico Sanitario**

Bienestar en avicultura.

24

## **Próximas reuniones**

¡Agéndate con Fenavi Santander!.

25

## **Pasa la voz**

Uso de la IA en el desarrollo laboral.

26

## **Salud**

Obesidad una enfermedad crónica.

27

## **Gastronomía**

Deliciosas recetas de pollo y huevo para el presente mes.

30

## **Variedades**

Celebremos juntos.

31

## **Cartelera**

Los recomendados del mes.

# Editorial

*Dirección* **Ejecutivo**



Se acerca la XIX Jornada de actualización avícola de Santander, evento que se llevará cabo los días 10 y 11 de Abril del año en curso en el centro de convenciones Neomundo. Este es el mejor escenario para interactuar, actualizarse, aprender y compartir entre todos los actores del sector avícola.

La organización del evento traerá las más importantes temáticas de actualidad para el sector, buscando con ello actualizar a los participantes en temas que cada día cobran mayor relevancia en el desarrollo y sostenibilidad de la avicultura, así como al interior de cada una de las empresas.

De igual manera los proveedores de la industria expondrán lo mejor con su portafolio de equipos, servicios, innovaciones y tendencias, mismas que hacen parte de la competitividad que demandan las empresas de este sector.

No dejen de participar de esta actividad que se convierte en el evento oficial de los avicultores de Santander y en el que de igual manera participantes de diferentes ciudades del país se congregan en nuestra ciudad.

La cita es en Bucaramanga. ¡Los esperamos!

---

**Martha Ruth Velásquez Quintero**

*Directora Ejecutiva FENAVI SANTANDER.*



# Actividad Gremial

Principales actividades del mes

# Faltan 30 días

PARA EL EVENTO OFICIAL DE LOS AVICULTORES EN SANTANDER



**¡Un encuentro único, como tú!**

Santander se destaca como la tierra avícola por excelencia, siendo un referente en este sector. Cada año, los principales actores de la industria se dan cita en Bucaramanga, la Ciudad Bonita, para vivir una jornada que resalta por su actualización constante, interacción, conocimiento, exposición comercial y actividades sociales.

Esta nueva edición promete ofrecer la mejor experiencia para todos los participantes de la cadena avícola, conectándolos con las últimas tendencias, retos y desafíos del sector, a través de conferencias impartidas por expertos nacionales e internacionales.

**Agéndate**

Cierre de inscripciones: 08 abril 2025.

10 y 11 de abril de 2025 | Neomundo

**Tarifa afiliado**  
\$ 545.000 + IVA

**Tarifa no afiliado**  
\$ 595.000 + IVA

**5% Descuento**  
Grupos empresariales superiores a 5 personas.

**10% Descuento**  
Grupos empresariales superiores a 10 personas.



Inscríbete, escaneando este código QR.

# ¡Jornada Académica de gran impacto!

## ¿Qué está pasando con la Salmonella Gallinarum?



**Martha Pulido Landínez**

DMV, MSc, PhD, En Medicina Veterinaria y Máster en Salud y Producción Animal.



**Pablo Chacana**

PhD, Universidad de Buenos Aires  
Licenciado en CS. Biológicos



**Gabriel Vallejo**

Especialista en Recursos Humanos de la Universidad de los Andes y abogado de la Universidad Externado de Colombia.

## Servicio al cliente e inteligencia artificial

## Hepatitis viral: La otra hepatitis en avicultura



**Francisco Perozo Marín**

PhD. En Infectología de la Universidad de Georgia, USA.  
Technical Manager de Boehringer Ingelheim.



**Gonzalo Moreno Gómez**

Presidente Ejecutivo de la Federación Nacional de Avicultores de Colombia, Fenavi.

## El reto de nutrir a Colombia y el mundo

## Gripe Aviar



**Andrés Felipe Osejo**

Director Técnico de Sanidad Animal del Instituto Colombiano Agropecuario ICA



**Pilar Amorocho**

Administradora de empresas trilingüe, Master en Negocios Internacionales y Gerencia y PADE de Inalde. Con más de 15 años de experiencia en cargos de nivel gerencial.

## Liderazgo y sostenibilidad empresarial

Caso de éxito empresarial: Sándwich Cubano.

## Satisfacer al consumidor, el principal objetivo de la organización.



**Camilo Herrera**

Fundador de RADDAR. Un visionario en el análisis de la economía del consumo en Colombia. Ha transformado datos claves en estrategias claves para el crecimiento empresarial.



**Mario Alberto Luna Del Risco**

Ingeniero Sanitario y Ambiental, Magister en Ciencias Ambientales y Manejo del Territorio del Instituto Superior de Agricultura de Lil, Francia y doctor en conservación ambiental enfocado a la producción de biocombustibles de la Universidad de Ciencias Vivas de Estonia.

## Residuos que impulsan negocios: De la biomasa residual avícola a un modelo de Economía Circular

### Panel de expertos

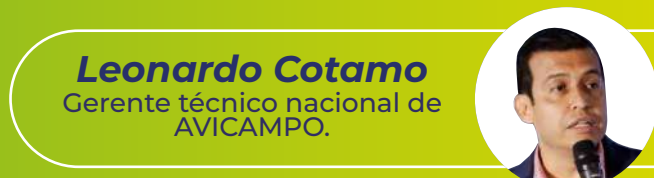
### Enfermedades emergentes en la industria avícola: Lo que está sonando



**Ramiro Delgado**  
Director técnico de NUTRIAVÍCOLA S.A.



**Juan Ignacio Tobar**  
Gerente administrativo y comercial de TRIÁNGULO POLLORICO S.A.S



**Leonardo Cotamo**  
Gerente técnico nacional de AVICAMPO.

# Estos son nuestros IMPORTANTES ALIADOS



**INSUMMA**



**KEMIN**



**MAPER**

**MOBA**



**VORTECH**



**¡Gracias por apoyar  
el evento de los avicultores  
en Santander!**

## Sesionó el comité de **Gestión Humana de Fenavi Santander**



En la primera sesión del Comité de Gestión Humana de Fenavi Santander, líderes del área se reunieron para dialogar sobre temas clave que impactan al sector.

Entre los puntos destacados, se abordó la actualización normativa laboral, con énfasis en los recientes cambios en la legislación que afectan a las empresas del sector avícola. Otro tema relevante fue el impacto de la inteligencia artificial en el ámbito laboral, una preocupación creciente que plantea nuevos retos y oportunidades para la capacitación y adaptación de la fuerza laboral.

Durante el encuentro, se trazaron las temáticas abordar en cada encuentro a lo largo del año.

# Primera Sesión del Comité de Sostenibilidad de Santander 2025

La Seccional Santander fue el escenario de la primera sesión del Comité de Sostenibilidad de Santander 2025, un encuentro que reunió a los representantes del área ambiental de las empresas adscritas a la seccional Santander.

Durante la jornada, se abordaron temas clave de actualización normativa, en un esfuerzo por adaptar las políticas a las nuevas realidades ambientales, económicas y sociales del departamento. Este primer encuentro no solo sirvió para definir el rumbo del comité, con la elección del presidente y secretario, sino también para reforzar el compromiso de las instituciones.

Con la mirada puesta en 2025, el Comité de Sostenibilidad consolidó nuevas temáticas a desarrollar en pro de una avicultura más sostenible.



# Asamblea General Ordinaria de **Fenavi Santander**



En la reciente Asamblea General Ordinaria de Afiliados a Fenavi Santander, la directora ejecutiva presentó el informe de gestión correspondiente al período anterior, así como el presupuesto para la vigencia 2025.

Durante el evento, el Dr. Gonzalo Moreno, presidente de Fenavi, presentó ante todos los asambleístas los desafíos y perspectivas del sector avícola colombiano, destacando la importancia de la innovación y la sostenibilidad. Al tiempo y de manera simultánea, el presidente de la Junta Directiva de Fenavi Santander interactuó durante la asamblea, ofreció agradecimientos e invitó a compartir a todos de una cena organizada por la seccional.

*La Directora Ejecutiva de Fenavi Santander  
expone los retos y oportunidades  
**para la Avicultura en  
Santander en Canal TRO***

En entrevista para Oro Noticias del Canal TRO, la Dra. Martha Ruth Velásquez Quintero, Directora Ejecutiva de Fenavi Santander, abordó temas cruciales sobre el impacto de la avicultura en la economía de la región y los desafíos que enfrenta el sector ante los recientes bloqueos en las vías.

La Dra. Velásquez destacó que la avicultura es uno de los pilares más importantes de la economía de Santander, generando miles de empleos directos e indirectos. Sin embargo, reconoció que las recientes protestas y bloqueos han afectado la logística y el flujo de productos, lo que podría poner en riesgo la estabilidad del sector. Además, en su calidad de presidenta del Comité Intergremial de Santander, Velásquez propuso diversas acciones para mejorar la seguridad, sostenibilidad e infraestructura en el departamento. Entre ellas, subrayó la necesidad de fortalecer la infraestructura vial, la promoción de políticas de sostenibilidad y el compromiso con la seguridad de todos los santandereanos.



## Reunión Colgas y Fenavi Santander

Colgas y los profesionales del área técnica y de sostenibilidad de Fenavi Fonav, han iniciado un trabajo colaborativo para desarrollar la primera Guía de Eficiencia Energética dirigida a las granjas avícolas de Santander. El objetivo es optimizar el consumo de gas y electricidad, con el apoyo de expertos que revisarán detalladamente los aspectos más rentables para mejorar la rentabilidad y sostenibilidad del sector. La guía, que se ajustará a las particularidades de cada zona del departamento, será revisada en encuentros presenciales y virtuales, y se espera que impulse un modelo de negocio más eficiente y competitivo en toda la región.



## Visita técnica Congreso Nacional Avícola



La directora de Fenavi Santander y las directoras de Fenavi recorrieron las instalaciones del Centro de Convenciones Valle del Pacífico con el fin de conocer en detalle el plano dispuesto para el Congreso Nacional Avícola.

Durante su visita, se puso observar los espacios que albergarán conferencias, exposiciones y mesas de trabajo, destacando la importancia de este congreso como una plataforma clave para compartir conocimientos, generar alianzas y enfrentar los retos que impone la industria avícola global con el respaldo de expertos nacionales e internacionales, el Congreso Nacional Avícola se celebrará en septiembre de 2026.



En el marco de un almuerzo de trabajo, el equipo ejecutivo de Cargill encabezado por el Director Ejecutivo en Colombia, Dr. Gilberto Guzman; la Gerente zona centro Oriente, Dra. Alejandra Ruiz y Fenavi Santander se reunieron para fortalecer su relación estratégica, conocer la gestión que el gremio avícola desarrolla en Santander junto a las líneas estratégicas de acción ejecutadas a la fecha.

La reunión, que tuvo lugar en las instalaciones de la seccional Santander y permitió un intercambio abierto de ideas, así como dialogar sobre los nuevos retos que enfrentan las empresas en el panorama actual.

## Asamblea de **AGRESSAN**

En la reciente reunión de la Junta Directiva de AGRESSAN, se discutieron diversos temas relevantes para el avance de la gestión en este inicio de año. Se presentó un informe sobre las acciones realizadas hasta el momento y se debatieron nuevas estrategias de mercadeo

con el fin de atraer más afiliados, además de la promoción del portafolio de servicios que la Asociación ofrece a sus miembros.

Uno de los puntos destacados fue la organización de la Asamblea programada para el próximo 27 de marzo en las instalaciones de Cajasas. En este sentido, la Dra. Martha Ruth, Directora Ejecutiva de Fenavi Santander, quien participó activamente en la reunión, hizo dos recomendaciones importantes. Primero, sugirió incluir en el orden del día de la Asamblea la intervención de un invitado especial, quien abordará un tema crucial de seguridad, de gran interés para los empresarios. En segundo lugar, propuso que AGRESSAN desarrolle un protocolo de reacción ante posibles protestas, dada la situación actual, que contemple el relacionamiento con la fuerza pública, recomendaciones operativas específicas para cada sector, y rutas alternas, entre otros aspectos.



## ***Nuevo programa técnico de galponería avícola en la UDES fortalecerá el sector en Santander***

La Universidad de Santander (UDES) lanzó un innovador programa técnico laboral en galponería avícola, dirigido a capacitar a profesionales para optimizar la producción avícola en la región. El programa busca fortalecer el sector en Santander, uno de los más importantes del país, mediante la formación de personal altamente capacitado en las mejores prácticas de manejo y bioseguridad.

Al respecto, Martha Ruth Velásquez Quintero resaltó la importancia del programa técnico de la UDES, diseñado para atender falencias críticas en la mano de obra del sector que afectan la operación de esta industria. “Cuando un galponero o un administrador de granja renuncia, pueden pasar meses sin encontrar reemplazo. También enfrentamos problemas con el mantenimiento de equipos importados y en áreas como mecánica automotriz y mercadeo”, afirmó.



## Primera jornada avícola en veredas



En un esfuerzo por mejorar la calidad y la bioseguridad en la producción avícola, se llevó a cabo en el municipio de Lebrija en Santander, la primera Jornada Avícola en Veredas liderada y coordinada por Fenavi Santander. Un evento que reunió a 25 participantes entre productores avícolas, agricultores, operarios y representantes de empresas del sector. Durante el encuentro, se abordaron temas clave que afectan la salud avícola y la sostenibilidad del sector.

En este encuentro de formación, se abordaron temas clave para la mejora de la producción avícola como lo son: el manejo del peligro aviario, la bioseguridad, la gestión de residuos orgánicos y el control de mosca. Los profesionales de campo del área técnica y de sostenibilidad de Fenavi Fonav destacaron la importancia de implementar medidas estrictas de bioseguridad y estrategias de control ambiental para reducir riesgos sanitarios y promover una producción más sostenible.

Esta reunión contó con la participación de la Aeronáutica Civil, teniendo en cuenta la presencia del aeropuerto en esta zona.

# Sostenibilidad Avícola

**DOCUMENTO PARA  
CONSULTA PÚBLICA**



---

**Ing. Andrés Hernández**  
**Profesional Programa de Sostenibilidad**

**Fenavi Fonav.**

La presente consulta pública tiene como propósito la modificación y adición al Título 6 de la Parte 2 del Libro 2 del Decreto 1076 de 2015, que corresponde al Decreto Único Reglamentario del Sector Ambiente y Desarrollo Sostenible. Este Decreto regula la gestión de los residuos peligrosos en Colombia, estableciendo normas y procedimientos para su manejo, disposición y control ambiental.

## 1. Contexto y Necesidad de la Modificación:

El Decreto 1076 de 2015, a través de su Título 6, aborda la gestión de residuos peligrosos, estableciendo directrices sobre el manejo, tratamiento, almacenamiento, transporte y disposición final de estos materiales. Sin embargo, con el paso del tiempo y el avance de la ciencia, la tecnología y las buenas prácticas internacionales, se han identificado oportunidades para mejorar los procesos relacionados con la gestión de residuos peligrosos en el país. La modificación que se propone tiene como principal objetivo actualizar y perfeccionar las normativas existentes para asegurar una gestión más eficaz y sostenible de los residuos peligrosos. También busca alinearse con los compromisos internacionales y las mejores prácticas globales, además de responder a los nuevos retos ambientales que enfrenta Colombia, particularmente aquellos derivados del aumento en la producción de desechos industriales y la creciente preocupación por la protección de la salud pública y el medio ambiente.



## 2. Principales Modificaciones y Adiciones:

Las modificaciones y adiciones propuestas en el documento abordan varias áreas clave para mejorar la gestión integral de residuos peligrosos:

- 1 • Definiciones y Alcance:** Se revisan y amplían las definiciones de "residuos peligrosos", incluyendo nuevas categorías y características para garantizar que se cubran todos los materiales que puedan representar un riesgo para la salud humana o el medio ambiente. Además, se establecen criterios más claros sobre qué residuos son clasificados como peligrosos, lo que permitirá una mayor precisión en la identificación y tratamiento de estos desechos.
- 2 • Responsabilidad Extendida del Productor:** Una de las modificaciones más relevantes es el enfoque en la "responsabilidad extendida del productor". Este principio implica que los productores de productos que generen residuos peligrosos asuman un papel activo en la gestión de estos residuos una vez que el producto haya llegado al final de su ciclo de vida. Los productores estarán obligados a implementar sistemas de recolección, reciclaje y disposición adecuada de estos residuos, garantizando su tratamiento conforme a las normativas ambientales.
- 3 • Sistemas de Gestión de Residuos:** Se fortalece el marco regulatorio relacionado con los sistemas de gestión de residuos peligrosos, exigiendo la implementación de planes de manejo adecuados para los residuos generados. Estos planes deben ser presentados por las empresas y entidades generadoras de residuos peligrosos ante las autoridades ambientales competentes para su aprobación y monitoreo. Además, se promueve el uso de tecnologías más limpias y eficientes en el manejo de estos desechos.

4

• **Transporte y Almacenamiento:** Las disposiciones referentes al transporte y almacenamiento de residuos peligrosos también se actualizan, con la finalidad de garantizar que estos procesos se realicen de manera segura, minimizando el riesgo de fugas, derrames y otros incidentes. Se establecerán criterios técnicos y operativos más rigurosos para el transporte, incluidas las características de los vehículos y la capacitación de los conductores, así como las condiciones de almacenamiento para evitar la contaminación del suelo, agua o aire.

5

• **Disposición Final y Tratamiento:** Se introduce una mayor claridad en los procesos de disposición final y tratamiento de los residuos peligrosos, destacando la importancia de métodos más sostenibles y respetuosos con el medio ambiente. Las nuevas normas fomentan la utilización de tecnologías avanzadas para la incineración, el reciclaje y otros métodos de tratamiento que reduzcan al máximo el impacto ambiental de los residuos.

6

• **Control y Supervisión:** Se incrementan las medidas de control y supervisión sobre los residuos peligrosos, incluyendo un mayor énfasis en el seguimiento de las actividades de las empresas responsables de su gestión. La propuesta incluye la creación de sistemas de monitoreo más eficientes, con el uso de tecnologías digitales para el rastreo y reporte de los residuos peligrosos, lo que facilitará la transparencia y el cumplimiento de las normas.

7

• **Sanciones y Responsabilidades:** Se establece un régimen de sanciones más claro y estricto para aquellas entidades que no cumplan con las disposiciones establecidas en la normativa. Las sanciones serán proporcionales a la gravedad de la infracción, y las autoridades ambientales tendrán mayores facultades para imponer multas, suspensiones o, en casos graves, el cierre de las operaciones.



## Conclusiones

Las modificaciones y adiciones propuestas al Título 6 del Decreto 1076 de 2015 buscan mejorar la gestión integral de los residuos peligrosos en Colombia, promoviendo prácticas más sostenibles, eficientes y responsables.

Al enfocarse en la responsabilidad extendida del productor, el fortalecimiento de los sistemas de gestión y la mejora de los controles y sanciones, se espera generar un impacto positivo en la protección del medio ambiente y la salud pública. El proceso de consulta pública es una oportunidad clave para que los ciudadanos y expertos puedan influir en la formulación final de estas normativas, asegurando su efectividad y adaptabilidad a las necesidades del país.



# Técnico Sanitario

*Bienestar en avicultura,  
control de material orgánico  
en camas profundas,  
gallinazas y pollinazas,  
durante el periodo productivo.*



---

**MV. JULIÁN ANGARITA**  
*Profesional Programa Técnico*  
**Fenavi Fonav.**

Los manejos incorrectos en nuestros procesos operativos y técnicos en granja avícolas presentan siempre un riesgo a la integridad de las aves, a nosotros mismos y la población. En el manejo de las gallinas y pollinas en galpones de piso no deja de ser importante seguir los manejos apropiados para su tratamiento durante la etapa productiva y post producción evitando así generar factores que atentan contra la salud de los lotes, las pérdidas productivas y las inconformidades que se generan por las poblaciones por olores ofensivos.

## Tenga en cuenta

**Cama profunda en galpón:** Material orgánico utilizado en galpones para manejo de heces de las aves. (Cascarilla de arroz, viruta de madera, cascara de girasol, material disponible en zona como desecho de palma de aceite, eucalipto etc.)

**Gases en galpones:** Dióxido de carbono CO<sub>2</sub>, Nitrógeno N<sub>2</sub>O, Sulfuro de Hidrogeno H<sub>2</sub>S, Amoniac Gaseoso NH<sub>3</sub>

**Material orgánico presente galpones:** Heces fecales, Agua, Material organico usado en la cama profunda, Alimento.

## Manejos correctos al usar materiales orgánicos en cama profunda:

- Control de Humedades.
- Densidad de aves.
- Kilogramos por metro cuadrado de material organico para control de humedad y control desperdicio de alimentos.
- Control en heces como en los casos de tránsito rápido, heces acuosas, salud intestinal, tratamiento de agua.

### Verificaciones diarias en galpón:

- Verificación diaria de los bebederos por fugas.
- Mantenimiento continuo de techos e infraestructura
- Nivel de humedad o empastado del material cerca de los bebederos.
- Correcta ventilación para control de gases generados por materia orgánica y circulación de aire para control de humedad en las camas.
- Desniveles en piso de galpón.
- Granulometría y condiciones físicas del alimento
- Verificación de condiciones de agua (pH y Cloro).



## Consecuencias de mal manejo de camas profundas y su material orgánico.

### Aumento de los gases producidos por cama CO<sub>2</sub> N<sub>3</sub>H N<sub>2</sub>O N<sub>2</sub>S.

1. Conjuntivitis por irritación en mucosa.
2. Lesiones en tejido epitelial del sistema respiratorio.
3. Pérdida de cilios de la tráquea productores de moco, que ayudan en la inmunidad innata para eliminar o expulsar agentes externos.
4. Aumento a la susceptibilidad a presencia de enfermedades respiratorias.
5. Quemaduras en tejido de epitelial de las patas. Reducción de consumo.
7. Crecimiento lento.
8. Retraso en la madurez sexual.
9. Déficit de oxígeno en ambiente.

### Incremento de presencia de plagas:

1. Ambiente ideal para el crecimiento, alimentación y producción de mosca.
2. Atracción de roedores por aromas generados por los gases de desintegración de material orgánico húmedo.
3. Empastado de cama, favorece al resguardo y alimentación del alphitobius diaperinus en horarios diurnos lo que favorece a su crecimiento y reproducción.
4. Presencia de aves carroñeras en áreas de galpón debido a olores emitidos por camas húmedas mal manejadas.



## BIENESTAR ANIMAL EN AVES DE CORRAL

Lo anterior revisado afecta directamente las aves generando estrés por los retos que presenta todo el efecto que se tiene en el entorno, generando una cascada que afecta la salud de las aves y por tanto la productividad.

# Próximamente actividades

Agéndate con Fenavi Santander

## **¡Actividades con Fenavi Santander!** **En el mes de Marzo**

-  **20** Plenaria del Comité Intergremial de Santander
-  **20** Comité de Peligro Aviario Aeronáutica Civil
-  **25** Junta Directiva Fenavi Santander
-  **25** Reunión mensual de afiliados Fenavi Santander
-  **27** Asamblea AGRESSAN
-  **28** Mesa técnica POT Lebrija

## Uso de la inteligencia artificial en el desarrollo laboral



El uso adecuado de la inteligencia artificial (IA) en el desarrollo laboral puede ser un factor clave para mejorar la productividad, fomentar la innovación y optimizar los procesos de trabajo. Aquí te dejo algunos consejos para aprovechar la IA de manera efectiva en el entorno laboral:

### 1. Identificar áreas claves de automatización

La IA es excelente para automatizar tareas rutinarias y repetitivas, como la gestión de datos, la atención al cliente a través de chatbots, o la clasificación de documentos.

### 2. Fomentar la colaboración entre humanos y máquinas

En lugar de reemplazar a los empleados, la IA debe utilizarse para mejorar sus habilidades y capacidades. Por ejemplo, los asistentes virtuales pueden ayudar a los trabajadores a gestionar su tiempo de manera más eficiente.

### 3. Fomentar la ética y la transparencia en el uso de la IA

La IA debe usarse de manera ética, respetando la privacidad y los derechos de los empleados y clientes. Asegúrate de que las decisiones automatizadas se basen en datos justos y que no perpetúen sesgos.

### 4. Personalización de la experiencia laboral

Las herramientas de IA pueden analizar las habilidades y el rendimiento de los empleados para ofrecer recomendaciones personalizadas para su desarrollo profesional, como cursos de capacitación o nuevas responsabilidades que se adapten a sus fortalezas.

# Salud

¡Cuida tu salud! Evita una enfermedad crónica

## Obesidad: una enfermedad crónica que alerta a la salud pública mundial

La obesidad no es solo una cuestión de apariencia, sino una enfermedad crónica y multifactorial que impacta la calidad de vida y aumenta el riesgo de desarrollar patologías graves como la diabetes tipo 2, la hipertensión, las enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la obesidad y el sobrepeso siguen siendo uno de los principales problemas de salud pública, ya que más de 2.500 millones de adultos tienen sobrepeso, de los cuales más de 900 millones padecen obesidad.

### ¡Toma nota!

En 2022, el 16 % de los adultos en el mundo eran obesos y el 43 % tenían sobrepeso, según la OMS. En América Latina, la obesidad infantil se ha convertido en un problema creciente que compromete la salud futura de millones de niños.

De acuerdo con el informe de UNICEF El sobrepeso en la niñez, el 30 % de los niños y adolescentes en la región tienen sobrepeso, mientras que, en menores de cinco años, la cifra alcanza el 7,5 %, casi un 2 % más que el promedio mundial. Este aumento está estrechamente ligado a la mala alimentación, el sedentarismo y la falta de acceso a opciones saludables.



Es fundamental adoptar un enfoque integral que involucre a las familias, los sistemas educativos y los gobiernos para promover hábitos saludables, regular el acceso a alimentos ultra procesados y fortalecer la educación nutricional desde la infancia.

# Gastronomía

Deliciosa receta con Huevo Colombiano

## Torta de huevo con espinacas y queso

### Ingredientes

2 huevos  
Un puñado de espinacas frescas  
1/4 de taza de queso rallado  
1 cucharada de mantequilla o aceite de oliva  
Sal y pimienta al gusto

### Preparación

1. Lava las espinacas y córtalas en trozos pequeños si lo prefieres. No es necesario cocinarlas demasiado, ya que se marchitarán rápidamente. En un bol, bate los huevos con un tenedor o batidor, añadiendo una pizca de sal y pimienta.

2. En una sartén, agrega la mantequilla o aceite y caliéntalo a fuego medio. Añade las espinacas y cocínelas por un par de minutos hasta que se marchiten. Vierte los huevos batidos sobre las espinacas. Cocina a fuego bajo, revolviendo constantemente con una espátula para que se cocinen de manera uniforme.

3. Cuando los huevos estén casi listos (aún un poco cremosos), agrega el queso rallado y mezcla bien para que se derrita. Sirve inmediatamente, acompañados de pan tostado si lo deseas.



# Gastronomía

Deliciosa receta con Pollo Colombiano



## Pollo al ajillo

### Ingredientes

4 muslos de pollo  
4 dientes de ajo  
Aceite de oliva (2-3 cucharadas)  
1 hoja de laurel  
Sal y pimienta al gusto  
1/2 vaso de vino blanco (opcional)  
Limón

### Preparación

1. Pela y pica los ajos en láminas finas. Si usas muslos, puedes hacerles un par de cortes para que se cocinen mejor. En una sartén grande, agrega el aceite de oliva y caliéntalo a fuego medio-alto. Cuando esté caliente, añade los muslos de pollo. Cocina por unos 4-5 minutos por cada lado, hasta que estén dorados.

2. Cuando el pollo esté dorado, añade los ajos picados y la hoja de laurel. Cocina por un par de minutos más hasta que el ajo se dore. Si decides usar vino, añádelo en este momento y deja que se evapore el alcohol (unos 2-3 minutos). Si no usas vino, puedes añadir un poco de agua o caldo para hacer una salsita.

3. Salpica con sal y pimienta al gusto. Si te gusta el toque ácido, puedes añadir unas gotas de limón. Baja el fuego, tapa la sartén y deja que el pollo se termine de cocinar por 10-15 minutos, dependiendo del grosor de las piezas.

# Gastronomía

Postre para alegrar el día

## **Pastel de zanahoria con crema de queso.**

### **Ingredientes**

Zanahorias ralladas  
Azúcar  
Aceite vegetal  
Huevos  
Harina de trigo  
Polvo de hornear  
Bicarbonato de sodio  
Canela en polvo  
sal

### **Para la crema de queso:**

200 g de queso crema  
1/4 taza de mantequilla  
1 1/2 tazas de azúcar glas  
Vainilla



### **Preparación**

Precalienta el horno a 180°C (350°F). Engrasa y enharina un molde para pastel de 23 cm de diámetro. En un bowl grande, bate los huevos con el azúcar y el aceite hasta que estén bien combinados y la mezcla esté suave. Agrega las zanahorias ralladas y mezcla bien.

En otro recipiente, mezcla la harina, el polvo de hornear, el bicarbonato, la canela y la sal. Incorpora gradualmente los ingredientes secos en la mezcla líquida, batiendo hasta que esté todo bien integrado. Si deseas, añade las nueces picadas en este punto. Vierte la mezcla en el molde y hornea durante unos 40-45 minutos, o hasta que, al insertar un palillo en el centro, este salga limpio. Deja enfriar completamente en el molde durante unos 10 minutos y luego desmóldalo.

En un bowl, bate el queso crema con la mantequilla hasta que estén suaves y bien combinados. Agrega el azúcar glas poco a poco y continúa batiendo hasta obtener una mezcla suave y cremosa. Añade la esencia de vainilla y mezcla nuevamente. Una vez que el pastel esté completamente enfriado, cubre la parte superior con la crema de queso. Si lo deseas, decora con más nueces o zanahorias ralladas para darle un toque especial.

## Celebremos juntos

¡Feliz Cumpleaños  
a nuestro afiliado!

**Marzo**

20. Álvaro José  
Uribe Serrano.

## ¡Bienvenida!



**Yessica  
Jiménez Picó.**

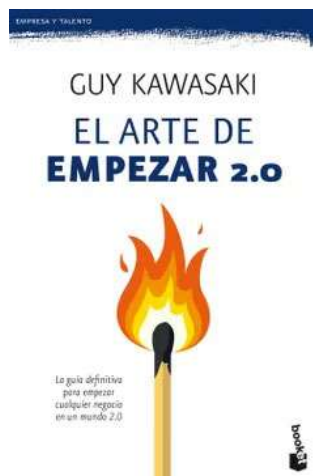
Le damos la bienvenida a la seccional Santander, a la nueva profesional de campo del Programa Técnico de Fenavi Fonav, MVZ. Yessica Jiménez Picó, quien será la encargada de cubrir en materia técnica sanitaria las zonas sur del departamento.

¡Deseamos éxitos en este nuevo reto profesional!

# Cartelera

Los recomendados del mes

Lectura  
¡Especialmente para ti!



## "El arte de empezar 2.0"

Este libro es ideal para empresarios que buscan crear y escalar empresas de alto impacto. Guy Kawasaki, conocido por su trabajo en Apple, ofrece una visión práctica sobre cómo iniciar, construir y liderar un negocio con propósito.

El libro cubre temas desde cómo encontrar tu propósito hasta cómo atraer inversionistas, además de dar consejos sobre marketing, gestión de equipos y cómo mantenerse competitivo en un entorno empresarial en constante cambio.

## ¡Estrenos en Marzo!



CINE COLOMBIA



## **Comité Editorial**

### **Dirección Periodística**

Martha Ruth Velásquez Quintero

### **Redacción**

Martha Ruth Velásquez Quintero  
Stefanny Guerrero Ruiz

### **Diseño Y Diagramación**

Stefanny Guerrero Ruiz

### **Colaboradores**

Ing. Andrés Hernández  
MVZ. Julián Angarita  
Yamile Lizcano Pulido