



El acto de Reautorización del niño de 2004 requiere que **cada** distrito escolar de los Estados Unidos que participa en el sistema nacional de almuerzos de escuela y/o programa de desayunos, desarrolle y ponga en práctica una “política de salud”, a nivel del distrito para el comienzo del año escolar 2006-2007. La meta de esta regla es ayudar a proteger y mejorar la salud de los niños a través de niveles adecuados de la actividad física y de una buena nutrición durante los días escolares. El congreso reconoce que cada comunidad es única y tiene diversas necesidades; consecuentemente, requiere que las políticas estén desarrolladas de una manera de distrito por distrito. También, la ley requiere que los padres, estudiantes, y las autoridades nutricionales de la escuela, la junta de educación escolar de la escuela, los administradores de la escuela, y el público estén involucrados en el proceso para desarrollar e implementar esta política.

¿Cuáles son los requisitos de la política de la salud de un distrito?

Como se dice en la ley, las políticas de la salud deben estar orientadas a la nutrición y actividades físicas en las áreas escolares, además de cumplir con las regulaciones Federales y Estatales de la alimentación en las escuelas. Específicamente, la política debe de:

- Incluir metas para la educación nutricional, actividades físicas, y otras actividades escolares diseñadas para promover la salud del estudiante;
- Proporcionar guías de nutrición de todos los alimentos y bebidas disponibles en las escuelas durante el día escolar;
- Asegurarse de que las guías locales para el reembolso de las comidas de la escuela cumplan con los requisitos y estándares Federales de la nutrición;
- Involucrar a un amplio grupo de miembros de la comunidad;
- Incluir un plan para medir la implementación de un plan de salud: y,
- Designar una persona para que se asegure el cumplimiento de la política local de la salud.

¿Por qué hay la necesidad de una política de salud en nuestros distritos escolares?

“Desarrollar una política de salud local detallada del distrito escolar es esencial para el éxito académico y el bienestar de una vida saludable para los estudiantes de Wyoming. ...Las escuelas desempeñan un papel crítico en crear ambientes sanos para promover el bienestar de los niños. Estos ambientes pueden ayudar a prevenir la obesidad de la niñez, desórdenes alimenticios, problemas de salud relacionados con una pobre nutrición y una carencia de actividad física, y con el tratamiento injusto hacia los niños en base a su tamaño o forma de cuerpo.” (Fuente de información: Acción para los niños sanos de Wyoming)

- ✓ Nuestros estudiantes están enfrentando una crisis de salud de peso y nutrición, que pueden tener consecuencias graves a futuro.
- ✓ Las escuelas desempeñan un papel importante en crear soluciones a esta crisis nacional debido a su persuasión en cada comunidad y a su influencia en los niños.
- ✓ En el año 2002 había 4 veces más niños obesos que lo que había en los años 60. (Se consideran que más de 9 millones de niños entre las edades de 6 y 19 están en exceso de peso.)
- ✓ El número de adolescentes obesos se ha triplicado durante el mismo período.
- ✓ El ser obeso es un asunto académico (más ausencias escolares por parte de los niños obesos, más baja calidad de vida y burlas más frecuentes hacia los niños obesos).
- ✓ La desnutrición es un asunto académico (afectando el desempeño y el puntaje del coeficiente intelectual, la función cerebral, y el aprendizaje cognitivo).
- ✓ La nutrición y el ejercicio ayuda a los niños a tener un buen comportamiento en la escuela.
- ✓ La nutrición y el ejercicio mejoran el funcionamiento académico
- ✓ Los niños aptos y sanos son niños felices.

¿Cómo deben manejarse las escuelas en cuanto a la formación de una política de la salud?

Es del interés del distrito el implicar a una amplia comunidad de estudiantes, padres, profesores, miembros del Consejo escolar, administradores de la escuela, médicos profesionales, entrenadores, personal del servicio nutricional y de alimentación de la escuela, y al público en general en desarrollar una política escolar de salud. Las escuelas deben designar por lo menos a una persona a nivel del distrito escolar o en cada escuela con la responsabilidad de que esta política sea implementada. Muchas escuelas pueden ya tener un consejo de salud escolar que existe bajo el programa de salud coordinado por la escuela. Si una escuela tiene ya este consejo, este tiene solamente ampliar un poco la capacidad para la incorporación de una política de la salud.

¿Qué cinco componentes debe de incluir la política de la salud?

- 1. Educación nutricional:** La meta fundamental de la educación nutricional es para que los estudiantes en los grados K-12 reciban educación nutricional enfocada en el comportamiento que sea interactivo y proporcione el conocimiento, las actitudes, las habilidades y los comportamientos que se necesita adoptar los hábitos sanos y agradables del comer que duren toda la vida. Los estándares y las guías del programa de educación de salud del estado y del distrito sean satisfactorias o que excedan la satisfacción.
- 2. Actividades físicas:** La meta fundamental para un componente de actividad física escolar es para proporcionar las oportunidades para cada estudiante de K-12 para desarrollar el conocimiento, las actitudes, y las habilidades para poder participar regularmente en actividades físicas, y gozar de las ventajas a corto y a largo plazo con una forma de vida físicamente activa y saludable. Con esto se cumplen o sobrepasan los estándares y las pautas del plan de estudios de la educación física del estado y del distrito.
- 3. Estándares de la nutrición para todos los alimentos disponibles para cada escuela durante el día escolar:** los hábitos alimenticios de las vidas de los estudiantes están influenciados mayormente por los tipos de alimentos y las bebidas disponibles. Las escuelas deben asegurarse de que las comidas reembolsables estén fácilmente disponibles para todos los estudiantes, y de que los alimentos vendidos o servidos a los estudiantes fuera del programa de la comida de la escuela proporcione una contribución positiva para la dieta de los estudiantes. Estos estándares deben enfocarse en el aumento de los alimentos nutritivos tales como granos enteros, frutas, vegetales, y productos lácteos con poca grasa para que disminuyan las grasas y los azúcares agregados a los alimentos.
- 4. Otras actividades escolares diseñadas para promover metas en la salud del estudiante:** Las políticas establecidas bajo esta categoría crean un ambiente en la escuela que proporcione mensajes constantes de la salud que ayuden a promover el alimentarse sanamente y agradablemente, tener una actividad física agradable y el respeto hacia las diferencias de tallas corporales. Todo el ambiente escolar, no solamente la clase o la cafetería, se deben orientar con metas sanas de la escuela.
- 5. Mantenga Una Mesa Directiva de Consejo de Salud y el Monitoreo y la Revisión de la Política:** La meta del consejo es para involucrar a los padres, estudiantes, prestadores de servicios alimenticios de la escuela, a profesores, a los administradores, y al público en el desarrollo de un ambiente nutricional sano en la escuela; para determinar las necesidades; utilizar con eficacia los recursos; y para establecer un plan para el desarrollo, implementación, y la medida de la política.

(Fuente: Acción de Wyoming para el bienestar de la salud de los niños herramientas de política 2005)

Los distritos escolares no tienen que “reinventar la rueda” para desarrollar una política de la salud que se apegue a sus necesidades. Disponible por medio de la Acción de Wyoming para los Niños Sanos existe “Una Caja de Herramientas de la Política de la Salud” que incluye todas las guías necesarias para desarrollar y ejecutar una política de salud de la escuela así como formatos para la escritura y la gramática de tal política. Este folleto también tiene la documentación, recursos, y numerosos sitios de Internet para ayudar a los distritos escolares a desarrollar y poner su política de la salud en práctica. Esta caja de herramientas fue escrita por un equipo de los expertos de Wyoming en varios campos incluyendo niñez, nutrición, enfermería, la salud, y la educación temprana. Para más información o materiales, llame a la Acción de Wyoming para los Niños Sanos en 1-307-472-1830.

“Los Suplementos de la Educación” son publicaciones de la Red de Educación para Padres, un proyecto de Padres Ayudando a Padres de WY Inc., patrocinado con fondos del Departamento de Educación de EE.UU., Oficina de Innovación & Mejoramiento, Información & Opciones para Padres. Las opiniones expresadas en “Los Suplementos de la Educación” no necesariamente son aquellas del Departamento de Educación.