



KIT DE HERRAMIENTAS DE SLOW FOOD EE.UU Y WHOLE KIDS PARA CREAR POLÍTICAS DE BIENESTAR EN LAS ESCUELAS LOCALES



PREFACIO

Por Alice Waters

The Edible Schoolyard Project y El Instituto Alice Waters

La alimentación y la educación son universales. Todo el mundo come, y todos los niños van a la escuela, o deberían hacerlo. La forma como eduquemos a la próxima generación sobre cómo vivir juntos en este planeta, es esencial para nuestro futuro. Necesitamos enseñar los valores de administración, equidad, nutrición, comunidad y diversidad, y ¿qué mejor lugar para enseñar esos valores que en las escuelas públicas? Después de casi 30 años del proyecto Edible Schoolyard que creé en la escuela secundaria Dr. Martin Luther King Jr. en Berkeley, CA, en 1995, se ha logrado extender el proyecto e inspirar a casi 6.500 escuelas en todo el mundo gracias a los valores humanos que atesoramos.

¿Qué pasaría si las escuelas compraran alimentos regenerativos y orgánicos directamente a los agricultores y ganaderos locales que cuidan de la

tierra y de sus trabajadores agrícolas? Así como la agricultura apoyada por la comunidad, la agricultura apoyada por las escuelas podría convertirse en un estímulo para la agricultura regenerativa. Los sistemas escolares se convertirían en compradores seguros, que pueden pagar el costo real de los alimentos sin un intermediario. A su vez, los niños en las escuelas recibirían una buena nutrición, y los valores esenciales de administración, equidad, nutrición, comunidad, y diversidad, entrarían por la puerta de la cafetería escolar. ¡El poder de adquisición, el gusto, y la educación de los sentidos en las escuelas públicas, podrían transformar la agricultura, la salud y la educación de la noche a la mañana! Creo que la agricultura apoyada por las escuelas públicas, podría ser una política nacional, e incluso global, que podría, a su vez, abordar el tema del medio ambiente de forma inmediata. Yo lo llamo, una “deliciosa revolución”.

“ *A largo plazo, ninguna nación es más saludable que sus hijos, ni más prospera que sus agricultores.*

— **Harry S. Truman**

INTRODUCCIÓN

Por Edward Mukiibi

Presidente de Slow Food International

En un mundo sintonizado con la interconexión entre la salud, el medio ambiente y la comunidad, el camino hacia una alimentación buena, limpia, y equilibrada para nuestros jóvenes se encuentra a la vanguardia de cambios positivos.

Mostrar huertos a los niños, puede inculcarles el amor por la jardinería durante todas sus vidas. Puedo dar fe de ello, ya que, desde muy joven, tuve la suerte de acompañar a mi madre en sutrabajo en nuestra granja ecológica en Uganda, y me gustaba, después, verla en la cocina preparando los productos cosechados. Nuestros sentidos son el camino hacia nuestra mente. Hace unos años, durante mi gira con Good News from Africa a los Estados Unidos, visité algunas huertas escolares en Detroit y New Orleans, y pude ver la importancia de este tipo de actividad educativa y el impacto que cultivar juntos los alimentos puede tener en la salud física y mental de los estudiantes, no solo en Africa sino también en diferentes contextos del Norte Global.

A medida que navegamos por las complejidades de la educación y del bienestar modernos, La Política de Bienestar Escolar Local (LSWP, por sus siglas en inglés) surge como un catalizador para la mejora sistémica de nuestra sociedad. No se trata solo de enseñar, cocinar o cultivar un huerto per se.

Este kit de herramientas de Políticas de Bienestar de las Escuelas Locales es más que una recopilación de recursos; Es una invitación a ser un agente de cambio. Su importancia no puede ser subestimada. Equipa a las personas y a las organizaciones con el conocimiento y con las herramientas para respaldar las políticas de bienestar que aborden las necesidades de las comunidades locales. Fomentando la colaboración entre escuelas, ciudades, y miembros de la comunidad, el LSWP facilita un esfuerzo colectivo en defensa de la salud. Se trata de un esfuerzo de base que tiene el potencial de cambiar el panorama de la educación, creando un entorno enriquecedor en el que cada estudiante pueda prosperar.

TABLA DE CONTENIDO

Capítulo 1: Kit de Herramientas de Políticas de Bienestar Escolar Local

Un llamado a la acción
¿Qué es una Política de Bienestar Escolar Local?
Requisitos para una Política de Bienestar Escolar Local
¿Porque es importante una Política de Bienestar Escolar Local?
La importancia de los programas de educación agrícola y de nutrición
Mas allá de los requisitos básicos de la política de bienestar
Uso del kit de herramientas
Whole School, Whole Community, Whole Child (WSCC por sus siglas en inglés)
Diversidad, Equidad, Inclusión y Justicia
Fusionando las prioridades y las políticas de bienestar de las escuelas, las comunidades y las municipalidades
Convirtiendo posibles barreras en oportunidades
Términos y definiciones universales de la Política de Bienestar Escolar Local

Capítulo 2: Comité de bienestar escolar local

¿Qué es un comité de Política de Bienestar Escolar Local?
¿Cuáles son las responsabilidades del comité de bienestar?
Revisión Administrativa personalizada por parte de la agencia estatal
La evaluación trienal

Notificación pública de la política de información
Financiamiento para la implementación de proyectos y programas
¿Quién puede ser miembro del comité de bienestar escolar local?
¿Quién debería dirigir el comité de bienestar escolar local?
Construir un comité de bienestar colaborativo y diverso
Invitar a miembros a unirse al comité de bienestar escolar Local
Partes interesadas requeridas, esenciales, y recomendadas
Esenciales
Recomendadas

Capítulo 3: El comité distrital de bienestar

El comité de bienestar escolar que realiza todas las funciones
El subcomité de redacción de las políticas de bienestar
El subcomité de financiación conjunta de las políticas de bienestar
Equipos individuales de bienestar escolar y aprendizaje al aire libre
Grupo asesor estudiantil
Mas allá del comité de bienestar
Resumen

Capítulo 4: Herramientas de Redacción de la política de bienestar

Herramienta #1: Escribir la hoja de trabajo de la Política de Bienestar Escolar Local
Herramienta #2: Guía de referencia para escribir una Política de Bienestar Escolar Local
Herramienta #3: Guía para Escribir los estatutos de la Política de Bienestar Escolar Local
Herramienta #4: Política de bienestar de las escuelas locales para programas de aprendizaje basados en las huertas

Bibliografía

Capítulo 1
Capítulo 2
Capítulo 3
Capítulo 4

Apéndice

Data agregada sobre recursos para crear una política de bienestar
Data adicional para respaldar la implementación de una Política de Bienestar Escolar Local
Recursos del Departamento de Agricultura de Estados Unidos (USDA por sus siglas en ingles)
Recursos de la política de reautorización de nutrición infantil
Reconocimientos

CAPITULO 1:

Kit de Herramientas para Crear una Política de Bienestar Escolar Local

Un Llamado a la Acción

¿Es usted una parte del distrito escolar interesada en interceder por la salud, la alimentación y el medio ambiente? ¿Le preocupa el bienestar físico y mental de los niños en edad escolar? ¿Es usted un agente de cambio que está dispuesto a formular políticas de acción para un cambio positivo y generalizado en los sistemas donde algunos cambios son necesarios para resolver problemas? Ayudar al distrito a desarrollar una Política de Bienestar Escolar Local (LSWP, por sus siglas en inglés), le ofrecerá la oportunidad de tener voz en los problemas que más le afectan al distrito. Las Políticas de Bienestar Escolar Local pueden ser vistas por las partes interesadas como un enfoque de cambio del sistema, y pueden ser utilizadas para

invitar a la colaboración entre ciudades, escuelas, y comunidades. El kit de herramientas de LSWP es una guía para que las personas y las organizaciones se involucren en la política a nivel de distrito. Ya sea que usted trabaje en un distrito escolar o que sea una parte interesada externa, participar en el proceso de la política de bienestar le permitirá crear un mayor impacto dentro de su comunidad y fuera de ella.

Este kit de herramientas de Políticas de Bienestar Escolar Local le ayudará a formar relaciones positivas con los distritos escolares en torno a problemas y disparidades relacionadas con la salud. Este kit proporciona herramientas y recursos para que los miembros de un comité de bienestar escolar local revisen, escriban, o actualicen una política



de bienestar. Si bien el conocimiento de los programas de bienestar en las escuelas aumenta constantemente, muchas Políticas de Bienestar Escolar Local carecen de componentes y relaciones claves para el financiamiento e implementación de las iniciativas en todo el distrito. Por otra parte, numerosas escuelas y distritos escolares de todo el país, están implementando iniciativas de bienestar y sostenibilidad increíblemente exitosas, pero estos programas no se amplifican ni se comparten de manera efectiva con el público. Este kit de herramientas es un llamado a la acción para inspirar y para inculcar un sentido agudo de empoderamiento para que los miembros de las escuelas y las comunidades colaboren desde sus inicios para impulsar el cambio de manera efectiva.

¿Que es una Política de Bienestar Escolar Local?

La Política de Bienestar Escolar Local es un documento escrito sobre las políticas oficiales que guían los esfuerzos de una agencia educativa local (LEA, por sus siglas en inglés) o del distrito escolar, para establecer un entorno que promueva la salud, el bienestar y la capacidad de aprendizaje de los estudiantes, mediante el apoyo a la alimentación saludable y a la actividad física. Si bien esta es una regulación federal, escribir e implementar un LSWP a nivel local permite a los distritos escolares personalizar una política de bienestar para abordar las necesidades directas e indirectas de la comunidad escolar. El LSWP muestra la posición de un distrito y su compromiso con el bienestar y con la sostenibilidad al tiempo que reduce la ambigüedad relacionada con temas como la igualdad y las pautas de alimentación y nutrición.

Al integrar el enfoque de [Whole School, Whole Community, Whole Child](#) (WSCC por sus siglas en inglés) recomendado por el Centro de Control y Prevención

de Enfermedades, (CDC por sus siglas en inglés) el LSWP puede servir como respaldo para que las agencias educativas locales aumenten sus prioridades y el plan estratégico del distrito. La política de bienestar aumenta la transparencia al público y contribuye a la integridad de regulaciones como los Programas de Nutrición Infantil del USDA. Involucrar a los estudiantes en el proceso de LSWP aumenta su [conexión escolar](#) ya que los estudiantes sienten que los adultos y los compañeros en la escuela se preocupan, no solo por su aprendizaje, sino también por ellos como individuos. Esto incrementa el sentimiento de que son cuidados y apoyados, y el sentido de pertenencia a la escuela. Un LSWP tiene el potencial de crear una cultura de cuidado para los estudiantes y para los miembros del personal donde se pueden maximizar sus habilidades y talentos.

Requisitos para una Política de Bienestar Escolar Local

La Ley de Niños Saludables y Sin Hambre de 2010 (HHFKA, por sus siglas en inglés) exige una Política de Bienestar Escolar Local. Aproximadamente cada cinco años, a través de una Reautorización de Nutrición Infantil (CNR, por sus siglas en inglés), el Congreso reautoriza programas federales esenciales de nutrición que ayudan a proporcionar alimentos y nutrición saludables a más de 35 millones de niños y bebés cada año. En la CNR más reciente, se convirtió en ley el acta de Niños Saludables y Sin Hambre. Esta ley establece que: -- esta última regulación requiere que todas las agencias educativas locales que participan en los Programas Nacionales de Almuerzos y Desayunos Escolares



cumplan con los requisitos de la Política de Bienestar Escolar Local ampliada de acuerdo con los requisitos establecidos en la sección 204 de la Ley de Niños Saludables y Sin Hambre de 2010”.

La última regulación de The United States Department of Agriculture (USDA por sus siglas en inglés) requiere que las agencias educativas que participan en programas federales de nutrición produzcan estándares mínimos para el LSWP que garanticen:

- Participación de las partes interesadas en el desarrollo y en la actualización de las políticas.
- Evaluación periódica y divulgación pública del cumplimiento de la LSWP.

Como resultado, estas regulaciones una vez implementadas, fortalecen la capacidad de una agencia educativa o distrito escolar, de crear un entorno relacionado con la nutrición que ayude a mejorar los resultados de los estudiantes, del personal y de la comunidad sin importar su tamaño. Las herramientas y los recursos de este kit, que incluyen, la superación de barreras, la formación de un comité de bienestar, y la redacción de políticas, tienen como objetivo hacer que este proceso sea, no solo inclusivo y equitativo, sino también manejable para todas las partes interesadas.

La buena noticia es que las políticas de bienestar funcionan. *El Journal of Nutrition Education and Behavior* encontró una relación positiva significativa entre el rendimiento académico, y la fortaleza de las políticas de bienestar basadas en la escuela y en sus objetivos relacionados con la nutrición: “Se encontraron asociaciones positivas significativas entre el rendimiento académico y el fortalecimiento de los objetivos generales de la política de bienestar, los objetivos

en la educación nutricional y otras actividades escolares”. Se encontró que el estatus económico de la población estudiantil se asoció positivamente con la solidez de los objetivos de la educación nutricional. Investigaciones adicionales muestran que una mejor legislación para la nutrición escolar puede mejorar los comportamientos alimenticios, incluyendo una mayor ingesta de frutas y una menor ingesta de refrescos. Los resultados demuestran que las leyes nutricionales más estrictas fomentan un peso corporal óptimo. Los investigadores también han encontrado una conexión entre la alimentación saludable y la actividad al aire libre, lo que en última instancia conduce a un mejor rendimiento académico y de comportamiento en el aula, que incluye, entre otros, la atención y la concentración. Los investigadores también notaron una mejor asistencia y menos pérdidas académicas por enfermedades.

El desarrollo de una política de bienestar que aborde las necesidades específicas del distrito escolar produce un mayor rendimiento académico y de asistencia a clases, una mayor participación en el aprendizaje experiencial en la vida real, una disminución de las enfermedades relacionadas con la nutrición, un mayor porcentaje de estudiantes que cumplen con los estándares socioemocionales, y un mayor enfoque en la igualdad, la inclusión y la justicia social, entre otros beneficios.

Los cinco elementos de la política de bienestar establecidos en la última reglamentación del USDA son:

- Educación nutricional
- Comidas escolares
- Actividad física
- Implementación y evaluación
- Alimentos competitivos

La Política de Bienestar Escolar Local debe incluir metas medibles para la promoción y para la educación nutricional, la actividad física y otras actividades escolares que promuevan el bienestar de los estudiantes. Al desarrollar estos objetivos, las LEA deben revisar y considerar estrategias y técnicas basadas en evidencia. El CDC enumera [los ocho requisitos mínimos federales de una Política de Bienestar Escolar Local](#):

1. Incluir metas para la promoción y educación nutricional, para la actividad física, y para otras actividades escolares que promuevan el bienestar de los estudiantes. Al desarrollar estos objetivos, las agencias educativas locales deben revisar y considerar estrategias basadas en evidencia.
2. Incluir pautas de nutrición para todos los alimentos que se venden en cada escuela durante el día escolar, y que estos sean consistentes con las regulaciones federales para las comidas escolares y los estándares de nutrición de Smart Snacks in School.
3. Incluir políticas para los alimentos y bebidas que se ponen a disposición de los estudiantes (p.ej., en las fiestas estudiantiles, refrigerios traídos por los padres, u otros alimentos que se dan como incentivos).
4. Incluir políticas para la comercialización de alimentos y bebidas que permitan la comercialización y la publicidad solo de aquellos alimentos y bebidas que cumplan con los estándares de nutrición del programa Smart Snacks in School.
5. Permitir que los padres, los

estudiantes, los representantes de la autoridad de alimentación escolar, los maestros de educación física, los profesionales de la salud escolar, la junta escolar, los administradores escolares, y el público en general, participen en el desarrollo, implementación y actualización de la Política de Bienestar Escolar Local.

6. Permitir que los padres, los estudiantes, los representantes de la autoridad de alimentación escolar, los maestros de educación física, los profesionales de la salud escolar, la junta escolar, los administradores escolares, y el público en general, participen en el desarrollo, implementación y actualización de la Política de Bienestar Escolar Local.
7. Informar y actualizar anualmente al público (incluidos los padres, los estudiantes y otras personas de la comunidad) sobre la Política de Bienestar Escolar Local.
8. Al menos una vez cada tres años, medir el cumplimiento de las escuelas en la implementación de la Política de Bienestar Escolar Local, el grado en que esta se compara con las políticas modelo, y el progreso realizado en el logro de los objetivos. Y, finalmente, poner la evaluación realizada a disposición del público.

¿Porque es Importante una Política de Bienestar Escolar Local?

Las agencias educativas locales y los distritos escolares desempeñan un papel crucial en la educación de los niños

sobre la salud, la alimentación y el medio ambiente, que afecta a sus familias y a las regiones (rurales, urbanas, suburbanas) donde viven. Los Comités de Bienestar Escolar Local tienen el potencial de implementar políticas para mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes que vayan más allá de los requisitos mínimos establecidos. Las estrategias que incorporan prácticas respetuosas con el clima y con la sostenibilidad, también pueden ayudar a abordar las desigualdades que prevalecen en el acceso a alimentos saludables, espacios verdes y aire limpio.

Un número cada vez mayor de estudios revisados por especialistas en el área, demuestra la correlación entre la nutrición saludable y la actividad física, así como un mejor rendimiento académico y un mejor comportamiento en el aula. Las políticas de bienestar pueden atender específicamente problemas como el absentismo escolar, las enfermedades relacionadas con la dieta, y la salud mental de los estudiantes y de los miembros del personal. En relación con las comidas escolares, las políticas de bienestar permiten que las escuelas puedan ir de una seguridad alimentaria básica a una “seguridad nutricional”, en la que, en todo momento, todas las personas tienen acceso físico, social y económico, a suficientes alimentos seguros y nutritivos, que satisfagan sus necesidades dietéticas y sus preferencias alimenticias para una vida activa y saludable.

Las políticas sólidas e integrales de bienestar escolar son especialmente importantes para los niños de bajos ingresos que a menudo tienen un acceso inadecuado a alimentos saludables y a actividad física, y que dependen en gran medida de sus escuelas para llenar esos vacíos. Según No Kid Hungry, en 2024, uno de cada cinco niños en los Estados Unidos vive con hambre, lo que equivale a casi 14 millones de niños. Todos los días,

estos estudiantes llegan a la escuela sin haber tenido una comida saludable o sin haber comido en absoluto. En un [blog de FoodCorps](#), Camille Beredjick escribe que la alimentación escolar es un problema de justicia social : “La justicia alimentaria considera que la nutrición y los alimentos nutritivos son un derecho humano que ha sido negado a las comunidades de color durante mucho tiempo, y el cual es fundamental para nuestra capacidad de vivir futuros más brillantes. No hay justicia a menos que cada uno de nosotros tenga el poder de alimentarse a sí mismo, a nuestras familias y a nuestras comunidades, el tipo de autonomía que es clave para dismantelar el racismo y construir un mundo más justo”.

La importancia de los programas de educación agrícola y de nutrición

Está bien documentado que cuando los estudiantes participan en una educación nutricional integrada a la jornada escolar y conectada a un programa de aprendizaje basado en estándares de aprendizaje, hay una mayor demanda de alimentos nutritivos y menos desperdicio de alimentos. Los programas Garden to Cafe, han demostrado que los estudiantes son más propensos a consumir las frutas y verduras del huerto escolar que se integran en los alimentos de la cafetería de la escuela. [El Garden to Cafeteria Tool Kit de Whole Kids y Slow Food USA](#) ayuda a los servicios de alimentos del distrito escolar a llevar de manera segura los productos del huerto escolar a la línea de almuerzo. Como resultado, los huertos escolares, las granjas locales y las economías florecen, lo que, como consecuencia, tiene un impacto positivo en el medio ambiente y en el clima. Los

componentes de un programa integral de nutrición para todo el distrito escolar son:

- Un huerto escolar o el acceso a un huerto comunitario que proporcione aprendizaje práctico significativo y experiencial, educación agrícola y desarrollo de habilidades para la fuerza laboral ecológica.
- Actividades, lecciones, currículo, y programas asociados que aborden los beneficios nutricionales de comer más frutas y verduras que evitan y reducen algunas enfermedades y que mejoran el bienestar general y el rendimiento académico.ce
- Preparar y consumir alimentos de la huerta o alimentos adquiridos localmente para aumentar el reconocimiento de los alimentos nutritivos e identificar de dónde provienen. Esto debe incluir alimentos culturalmente apropiados y la participación de la comunidad en actividades en las que las familias puedan reunirse y disfrutar juntos de la comida.

Las siguientes organizaciones tienen programas de educación nutricional bien establecidos que se pueden incluir en un LSWP:

Los programas de [National Farm to School Network](#) se están llevando a cabo en los 50 Estados, en las Naciones Soberanas Tribales de D.C., y en los Territorios de los Estados Unidos. Al asociarse con Farm to School, las escuelas y los distritos escolares pueden elaborar políticas de educación nutricional para satisfacer las necesidades de toda la comunidad.

Es importante tener en cuenta que la cantidad de alimentos ultra procesados disponibles para los estudiantes durante los programas antes y después de la escuela, aumenta la necesidad de más

educación nutricional y de más esfuerzos colaborativos para reducir mensajes contradictorios. A menudo, la mejor estrategia para entender las conductas alimentarias de los niños es preguntándoles a ellos mismos. Esto se puede hacer de manera efectiva encuestando a los estudiantes antes y después de recibir educación nutricional.

Tenga en cuenta lo siguiente para asegurarse de que los mensajes son coherentes y para que los alumnos estén informados al tomar decisiones.

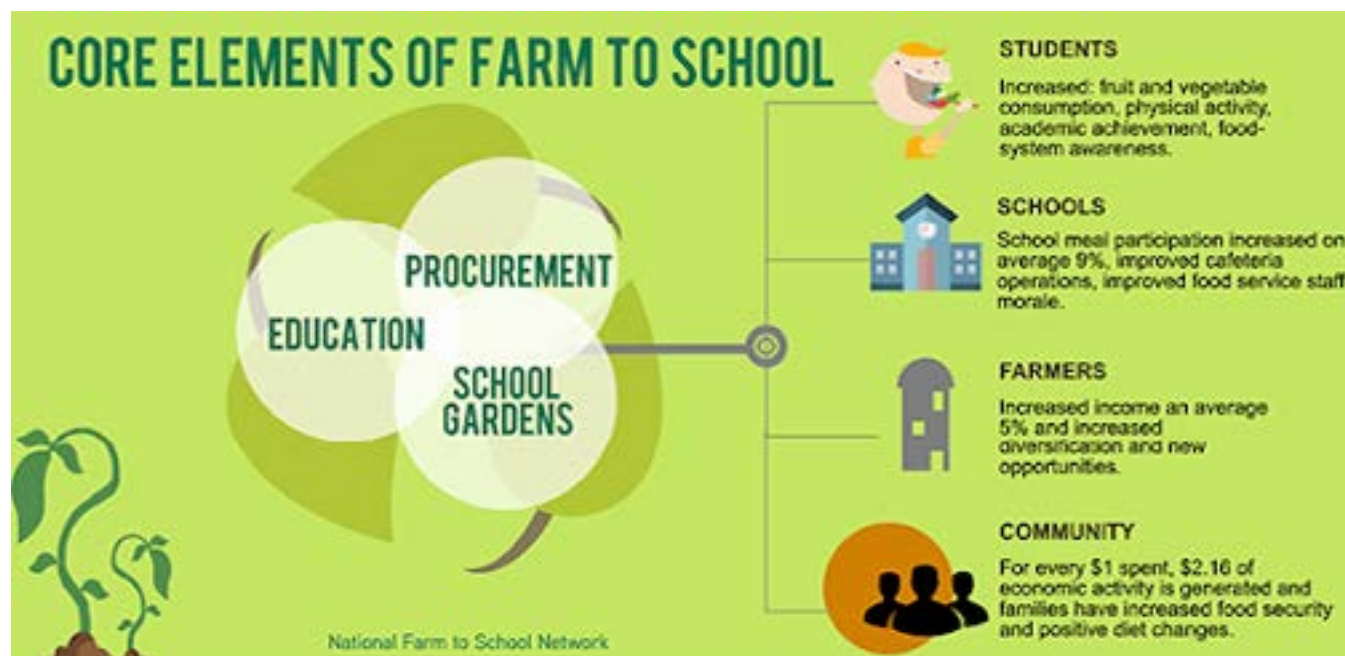
- Los alimentos tentadores ultra procesados de marca, especialmente cuando hay publicidad dirigida a los niños dentro de las escuelas, compite con las frutas y verduras. Esto hace que los nutrientes esenciales necesarios para maximizar el rendimiento académico, las enfermedades y la prevención de enfermedades no se consuman, por lo que el desperdicio de alimentos en las escuelas es más frecuente.
- Cuando los estudiantes se apresuran a consumir su almuerzo, es más probable que, para satisfacer rápidamente sus antojos, coman las opciones de “comida rápida” o “comida para llevar” en lugar de alimentos más nutritivos y preparados de forma natural.
- Cuando el agua no está disponible, los estudiantes optan por bebidas que contienen azúcar.
- El estigma de los almuerzos gratuitos y reducidos. Los estudiantes se asocian directamente con la pobreza cuando están en la fila de la caja registradora de la cafetería. Los estudiantes a menudo no comen para evitar esta asociación. Lea más sobre el estigma de las comidas subsidiadas [aquí](#).

La educación nutricional crea una cultura de cuidado en el salón de clases y en la cafetería cuando los alimentos nutritivos que no compiten con los alimentos ultra procesados están disponibles. Incluir el aprendizaje experiencial de la vida real a través de huertos escolares y de educación

comestible tiene el potencial de crear un impacto generalizado en la mejora de los hábitos alimenticios de más de 30,000 niños en todo el país.

The Edible Schoolyard Project resource [Edible Education Curricula](#) proporciona experiencias prácticas que conectan a los estudiantes con la comida, con la naturaleza, y entre sí. Aborda sistemáticamente la crisis del cambio climático, la salud pública y la desigualdad social. El plan de estudios equipa a los estudiantes con habilidades culinarias mientras que les ayuda a investigar sus conexiones personales con la comida y con la cocina. Este currículo se puede utilizar en conjunto con, o para mejorar los programas existentes de Ciencias del Consumidor Familiar y / o Culinaria y para tener las herramientas y el equipo disponibles en las aulas.

[The Alice Waters Institute of Edible Education and Regenerative Agriculture](#) está liderando el camino para el bienestar de las personas y del planeta, con una visión audaz sobre la interconexión del clima con la alimentación, la educación y la salud. El impacto de la producción de alimentos en las escuelas, el uso de prácticas de cultivo orgánico y regenerativo como los huertos escolares, las trayectorias profesionales de educación agrícola, y las adquisiciones de pequeños agricultores locales, tiene la capacidad de transformar el sistema alimentario, estimular las economías locales y apoyar los esfuerzos de sostenibilidad de todo el distrito. Los programas de agricultura apoyados por las escuelas, como el establecimiento de una trayectoria profesional ecológica K-12 que equipe a los estudiantes con habilidades relacionadas con el trabajo, pueden satisfacer la creciente demanda de personas capacitadas en empleos ecológicos de calidad. Además, las actividades de huertos



escolares y la educación agrícola en los campus escolares de todo el país sirven como acción climática para compensar la degeneración de los suelos y de los ecosistemas. El Instituto Alice Waters y el proyecto Edible Schoolyard brindan aprendizaje basado en estándares sobre temas como “El jardín como ecosistema e investigación del suelo” que se encuentra en su página de [recursos](#).

Más allá de los requisitos básicos de la política de bienestar

La realización de encuestas para recopilar datos antes y después de instituir una política de bienestar permitirá al distrito identificar los problemas específicos que prevalecen en las escuelas, en el distrito y en las regiones circundantes y permitirá saber si la política implementada es efectiva. Esta es una lista condensada de problemas que se han reportado como prevalentes en los niños en los EE. UU:

- La obesidad infantil es una preocupación constante, y la mayoría de los niños no cumplen con las [Pautas Dietéticas del USDA para los estadounidenses](#), ni con las recomendaciones de actividad física diaria.
- Según el CDC, el [asma](#) afecta aproximadamente a 25 millones de personas, incluidos más de 4,6 millones de niños menores de 18 años (2021).
- El CDC también informa que es probable que el número de jóvenes menores de 20 años con diabetes en los Estados Unidos [aumente más rápidamente en las próximas décadas](#). Además, el CDC señala que en algunas personas la diabetes tipo 2 se puede

prevenir o retrasar mediante cambios en el estilo de vida.

- El informe de [Comportamientos de Riesgo Juvenil del CDC](#) muestra una serie de datos que evidencian violencia producida por el abuso de sustancias, comportamientos sexuales, salud mental, pensamientos y comportamientos suicidas, determinantes sociales de la salud, e inestabilidad en la vivienda (2021).

Los requisitos federales son diseñados de forma generalizada y amplia y no tienen en cuenta las características únicas de cada escuela y distrito. La última regulación del USDA permite flexibilidad para que las agencias educativas locales desarrollen políticas que satisfagan mejor las necesidades de los estudiantes, del personal, y de los miembros de la comunidad. Un comité de bienestar debe contemplar la incorporación de políticas adicionales, tales como, entre otras, las siguientes:

- Adquisición de alimentos producidos localmente para las comidas escolares.
- Bienestar, desarrollo profesional, y capacitación del personal.
- Aprendizaje al aire libre y educación ambiental.
- Creación y mantenimiento de entornos saludables en el campus escolar.
- Seguridad de los estudiantes y del personal.
- Clima socioemocional positivo.
- Bienestar de los empleados

Uso del Kit de herramientas

Este kit de herramientas es un manual para:

- Entender y navegar las regulaciones federales.
- Desarrollar un comité colaborativo de políticas de bienestar que involucre a las partes interesadas.
- Crear oportunidades donde existan posibles barreras.
- Revisar, redactar y actualizar una política de bienestar (incluso si no es tiempo de ser actualizada).
- Ampliar y aprovechar las políticas con socios y otorgantes de préstamos.
- Difundir el impacto positivo y el aumento de los resultados de las iniciativas de bienestar.

Estructura del programa Whole School, Whole Community, Whole Child (WSCC por sus siglas en inglés)

Una Política de Bienestar Escolar Local ejemplar eleva el esfuerzo colaborativo de un distrito escolar en su compromiso por lograr los objetivos de bienestar y sostenibilidad en todo el distrito. Al utilizar el marco de trabajo del Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades, Toda Escuela, Toda Comunidad, Todo Niño, ([WSCC, por sus siglas en inglés](#)), las partes interesadas están equipadas con los componentes esenciales que se necesitan para revisar, redactar y actualizar la política de bienestar. El CDC [describe](#)



cada uno de los componentes del WSCC y proporciona el lenguaje a incorporar en una política de bienestar. Cada componente es importante para mejorar el desarrollo cognitivo, físico, social y emocional del niño, y para reducir las barreras que afectan los resultados de los estudiantes. Este marco se puede aplicar a las siguientes prácticas:

- Asegurarse de que hay individuos, departamentos escolares y miembros de la comunidad involucrados en el proceso de la política de bienestar que representen a cada uno de los integrantes.
- Usar cada uno de los integrantes como líderes para organizar las secciones en la política de bienestar.
- Identificar el departamento o la organización que representa cada integrante y que puede ayudar a implementar la política



utilizando su experiencia y los recursos existentes.

Los Estándares de Aprendizaje Socioemocional (SEL, por sus siglas en inglés) son utilizados por las agencias educativas participantes o por los distritos escolares, para establecer metas sobre lo que los estudiantes deben saber, y ser capaces de hacer, mientras aprenden el contenido académico. Estos estándares son desarrollados por un grupo de trabajo de educadores organizado por la agencia o por el departamento de educación de cada Estado. Los enlaces para el SEL de cada Estado se encuentran en este sitio. Las cinco áreas de capacitación SEL son: Autoconciencia, Autogestión, Conciencia Social, Habilidad de Relaciones y Toma de Decisiones Responsables. El SEL proporciona un lenguaje compartido en el que los educadores y los responsables de la formulación de políticas pueden debatir sobre cómo se pueden abordar las cinco áreas de capacitación a la hora de redactar políticas de bienestar.

Diversidad, Equidad, Inclusión y Justicia

El empleo de un marco de Diversidad, Equidad, Inclusión y Justicia (DEIJ, por sus siglas en inglés) definido en el [Global Schools Forum Playbook](#), a lo largo del proceso de políticas de bienestar, demuestra un compromiso con la participación de la comunidad y eleva la transparencia en el proceso de formulación de políticas. Al activar cada uno de los siguientes pilares de DEIJ, existe la oportunidad de

que todos los estudiantes y el personal, tengan acceso a la infraestructura, los recursos y la programación ecológica. Además, esta práctica tiene como objetivo lograr una justicia alimentaria y ambiental donde los estudiantes tengan voz en los problemas que les afectan a ellos y a sus familias, ahora y en el futuro.

- **Diversidad:** la presencia de diferentes identidades, culturas y perspectivas dentro de las organizaciones. Estas diferencias pueden incluir, entre otras, la raza, el género, la religión, la orientación sexual, la etnia, la tribu, la casta, la nacionalidad, el estatus socioeconómico, el idioma, la (dis) capacidad, la edad, el compromiso religioso o la perspectiva política.
- **Equidad:** el acto de garantizar que las organizaciones tienen procesos y programas que son imparciales, justos, y que tienen como objetivo proporcionar resultados iguales para todos los individuos. La igualdad se centra en garantizar que cada individuo tiene lo que necesita, entendiendo que no todos partimos del mismo lugar, y enfatiza que debemos esforzarnos por
- ajustarnos entre todos para abordar posibles desequilibrios.
- **Inclusión:** la práctica de asegurar la pertenencia a las organizaciones. Este trabajo garantiza que todos los miembros del equipo se sienten cómodos y apoyados por sus

respectivas organizaciones y sienten que pueden ser ellos mismos dentro de la organización.

- **Justicia:** el proceso de dismantelar los sistemas y estructuras de opresión que crean desigualdad, histórica y actual, y reemplazarlos por sistemas proactivos que promuevan la equidad en las políticas, las prácticas institucionales, los mensajes culturales, y las normas sociales para las personas de todas las identidades y culturas.

Fusionando las prioridades y las políticas de bienestar de las escuelas, las comunidades, y las municipalidades

Una Política de Bienestar Escolar Local impulsa la colaboración y el cambio sistémico en las escuelas, las comunidades y los municipios. Cuando los representantes de cada una de estas entidades alinean sus prioridades y desarrollan una política universal, existe la oportunidad de lograr un impacto mayor y más amplio. Este enfoque para establecer una política equitativa, abarca a más partes interesadas y a los responsables de la toma de decisiones,

Diversidad
Individuos y perspectivas

Igualdad
Procesos & Programas

Inclusión
Voz colectiva e incluir todas las habilidades

Justicia
Igualdad de derechos y de oportunidades

en las que todos tienen voz, y por lo tanto, crea un sentido de propiedad, responsabilidad y empoderamiento. A través de la colaboración, las entidades pueden unir recursos y hacer un uso más eficaz del tiempo.

La fusión de las prioridades con la Política de Bienestar Escolar Local se encuentra en [Green Schoolyards Action Network](#) de la ciudad de Cincinnati. Los funcionarios electos, el liderazgo clave del distrito escolar, y los socios comunitarios están colaborando en torno al [Green Cincinnati Plan](#), la Declaración de Derechos al Aire Libre de los Niños y el compromiso del distrito escolar con la sostenibilidad. Las políticas con respecto al acceso equitativo a los espacios de aprendizaje al aire libre están alineadas tanto en el Plan Verde de Cincinnati como en la Política de Bienestar de las Escuelas Públicas de Cincinnati.

La Política de Bienestar Escolar Local se ilustra como un modelo colectivo efectivo con resultados positivos compartidos por las escuelas y las ciudades. El LSWP puede

ser una herramienta poderosa para alinear las prioridades entre el distrito escolar y los municipios, al tiempo que combina esfuerzos para lograr mejoras en los sistemas alimentarios y ambientales.

Convirtiendo posibles barreras en oportunidades

Esta sección intenta abordar una amplia gama de barreras que se podrían presentar durante la formación de un comité de bienestar y durante el desarrollo de las políticas. Se puede utilizar como herramienta para identificar oportunidades durante el proceso de redacción de políticas. Para obtener más ayuda para abordar problemas específicos de distritos individuales, comuníquese con [la oficina regional o estatal de Servicios de Alimentos y Nutrición del USDA](#) o con la oficina de alimentos y nutrición del departamento de educación de cada Estado. Las siguientes preguntas frecuentes están organizadas por grupo de interesados y sus posibles inquietudes.



Grupos de interés individual

“La palabra “política” me da que pensar.”

Considere que el hecho de participar en el proceso de formulación de Políticas de Bienestar Escolar Local lleva al análisis de los problemas desde su raíz, lo que hace que las soluciones sean más fáciles de abordar. Ayudar a simplificar el lenguaje de las políticas reduce el estigma de que la política en sí misma es difícil de maniobrar lo cual es la razón por la que muchos la evitan. Cuando las posibles soluciones se convierten en pólizas, las entidades y los líderes son responsables de lograr los objetivos establecidos en una política escrita. Es empoderador y gratificante desempeñar un papel tan importante para hacer posible un cambio positivo.

“El proceso de creación de una Política de Bienestar Escolar

Local requiere mucho tiempo y es demasiado restrictivo”

Una vez que se implementan las políticas, saber cuáles son las expectativas reduce la confusión por parte de la comunidad escolar y reduce el tiempo que se tardan en resolver los problemas “según sea necesario o a medida que surjan”. La política crea la oportunidad de reducir o eliminar las desigualdades dentro del distrito escolar. A largo plazo, tener políticas establecidas ahorra tiempo y reduce los conflictos.

“Intenté ser parte del comité de bienestar, pero no puedo comprometerme a asistir a las reuniones, no hay vacantes o es demasiado tarde en el año escolar para hacerme miembro.”



Existen oportunidades adicionales para involucrarse y, con persistencia, es posible que en el futuro consiga un lugar en el comité de bienestar. Otros métodos incluyen:

- Participar en un subcomité, en un grupo de trabajo, o en un grupo que sea una extensión del comité de bienestar.
- Ofrecer un servicio, recurso, o programación para apoyar al comité.
- Formar un equipo de bienestar escolar individual que pueda informar al comité de bienestar

“Se me asignó el papel de liderar/participar en el proceso de la política de bienestar, pero no tengo el tiempo ni la energía para ser eficiente.”

Invite o reclute partes interesadas que tengan el conocimiento y que ya estén usando los recursos disponibles en sus propias organizaciones o en sus empresas, para que participen en el Comité de Bienestar Escolar Local. Si el Departamento de Salud local tiene programas que intentan resolver los problemas que enfrenta el distrito escolar, es posible que eso pueda disminuir sus responsabilidades exponencialmente. Además, considere la posibilidad de ser copresidente: un director de servicios de alimentos o un gerente de currículo, pueden proporcionar experiencia de manera efectiva en muchos de los componentes de una política de bienestar.

Escuelas

“No tenemos el apoyo que necesitamos y los mensajes en



las escuelas son inconsistentes.”

Proporcione a todas las escuelas mensajes visuales positivos y recursos de programación relacionados con el consumo de más frutas y verduras. Puede encontrar recursos de [USDA Team Nutrition](#) y [SNAP-Ed](#) que promueven la seguridad nutricional, la actividad física y la salud. El LSWP puede incluir parámetros para publicitar productos de marca que no se alinean con las políticas de educación nutricional.

El aula de clases

“No podemos agregar una cosa más a nuestro currículo y no tenemos la capacitación para implementar nuevas iniciativas”

Incorpore el aprendizaje ambiental, la educación nutricional y la actividad física, durante o en lugar de las rutinas programadas regularmente (a menudo, esto se puede incorporar a las rutinas normales, como el conteo del almuerzo, el salón de clases o los períodos de actividad). Para que haya aceptación por parte del personal de la escuela, se debe ofrecer desarrollo profesional. El desarrollo profesional de los

educadores y la capacitación del personal se puede hacer de muchas formas, como, por ejemplo, asignar días para ese propósito, crear programas de capacitación de organizaciones asociadas y módulos de capacitación virtual. La reasignación del tiempo para el desarrollo profesional designado o la asignación de créditos de educación continua para completar la capacitación práctica se puede diseñar de tal manera que los miembros del personal se entusiasmen

con la enseñanza y con el aprendizaje. El desarrollo profesional también permite que los educadores se beneficien personalmente al estar equipados con herramientas y técnicas para gestionar su propio bienestar.

La Cafetería

“Cumplir con los requisitos nutricionales y hacer que los niños realmente coman lo que les sirves es un desafío”.

Aprender cuáles son los desafíos para las operaciones del servicio de alimentos escolares hace que sea más fácil abordar conversaciones difíciles sobre lo que se sirve para las comidas escolares. El [Informe de Tendencias de Nutrición Escolar 2024](#) de la Asociación de Nutrición Escolar describe la realidad de lo que enfrentan los directores de servicios de alimentos, especialmente al adherirse a los nuevos estándares nutricionales. Tenga en cuenta que es más fácil hablar de las siguientes iniciativas que ejecutarlas, y que las operaciones de servicio de alimentos necesitan apoyo y vinculaciones para que esto suceda:

- Cambiar el enfoque de los alimentos procesados, y de los productos con alto contenido de azúcar y sal para promover y ofrecer alimentos nutritivos producidos localmente a través del programa Garden to School que reflejen el sabor y las preferencias culturales.
- Reducir gradualmente la cantidad de alimentos procesados que se ofrecen, de la mano de una buena educación nutricional, preparará a los estudiantes para el éxito académico y reducirá las enfermedades.

- Considere pedir al personal del servicio de alimentos que se asocie con los equipos de huertos escolares. Cuando los estudiantes conectan lo que están cultivando con lo que ven que se ofrece en la línea del almuerzo escolar, aumenta la probabilidad de que seleccionen opciones más saludables.

“Históricamente, los programas de alimentos escolares han recibido poco financiamiento, lo que resulta en una limitada capacitación del personal y en el uso de más ingredientes procesados en las comidas”.

Comience por abogar por [Healthy School Meals for All](#), también conocidas como comidas escolares gratuitas universales, que permiten que todos los niños inscritos en una escuela con el programa nacional de almuerzos escolares o el programa de desayunos escolares reciban desayuno y almuerzo gratis, independientemente de los ingresos de su familia. Los beneficios no solo mejoran la calidad de las comidas escolares, sino que también reducen el estigma de los estudiantes que reciben los almuerzos gratuitos y reducidos (algunos eligen no comer debido a esto) y reducen el papeleo necesario para las familias y para los departamentos del servicio de alimentos. A partir del año escolar de septiembre de 2023, ocho Estados han aprobado leyes que permiten comidas escolares saludables para todos: California, Colorado, Maine, Massachusetts, Michigan, Minnesota, Nuevo México y Vermont. Si el distrito escolar se encuentra fuera de estos Estados, hay agencias educativas que proporcionan comidas escolares, sin cargos económicos, a todos los estudiantes, independientemente de la

legislación estatal. Canal Winchester Schools, un distrito en Ohio es un ejemplo de un Estado que ha dado este paso para “apoyar el bienestar de los estudiantes, asegurándose de que tengan la nutrición que necesitan para mantenerse enfocados y tener éxito en el aula”

“Como director de servicio de alimentos, ¿cómo puedo lograr que mi personal participe en la promoción y selección de alimentos nutritivos?”

Proporcione capacitación al personal del servicio de alimentos utilizando programas preexistentes que apoyan el aumento de la participación en las comidas escolares y en el consumo de alimentos ricos en nutrientes durante el día escolar. [La Fundación Chef Ann](#) proporciona desarrollo profesional y apoyo al distrito a través de una variedad de programas.

Participación de los padres

“Los padres están demasiado ocupados. No tienen tiempo para apoyar la alimentación saludable y la actividad física, y mucho menos para participar en un comité de bienestar”.

A medida que se educa a los estudiantes y al personal sobre el cultivo y la preparación de alimentos nutritivos, hay oportunidades para que las familias participen cuando sea conveniente para ellos. Invite a los padres a unirse a sus hijos durante el almuerzo o pida a un miembro de la comunidad que ofrezca una clase de cocina para las familias, proporcionando recetas o ingredientes

saludables para llevar a casa. Durante los eventos escolares y las reuniones programadas regularmente, como la noche de conferencia de padres y maestros, planifique una cena en la que cada familia lleve un plato saludable para compartir con los demás. Si los padres están buscando participar en el proceso de la política de bienestar, planifique reuniones que se adapten a sus horarios, o considere proporcionar cuidado infantil.

La comunidad

“Se necesita tiempo y esfuerzo para formar asociaciones comunitarias y para involucrar activamente a los miembros de la comunidad en el proceso de planificación de la política de bienestar”.

Invite a las organizaciones asociadas a presentar sus programas a los estudiantes, al personal y a los padres durante una reunión de bienestar del distrito escolar para determinar cómo estas organizaciones pueden realmente ahorrar tiempo al impartir los programas. Es probable que estas organizaciones ofrezcan programación sin costo alguno para el distrito.

“Es difícil abordar asuntos específicos relacionados con todos los aspectos de la política de bienestar ya que hay diferentes puntos de vista de una amplia gama y un gran número de partes interesadas”.

Lidere una capacitación de impacto colectivo para la primera reunión del comité de bienestar. Considere la posibilidad de pedir a los miembros que previamente hagan algunas lecturas obligatorias o que aprendan en línea sobre la dinámica de un comité de bienestar. Un acuerdo de cumplimiento de normas debe ser firmado por cada miembro antes de que participen cada año escolar. Como parte individual interesada, tenga en cuenta que el cambio lleva tiempo, valore el trabajo de las personas y considere el hecho de que el Comité de Bienestar podría no estar capacitado para abordar todos los problemas existentes.

Promoción

“Es difícil promover y compartir los planes de las políticas de bienestar y su implementación”.

Lidere una [capacitación de impacto colectivo](#) para la primera reunión del comité de bienestar. Considere la posibilidad de pedir a los miembros que previamente hagan algunas lecturas obligatorias o que aprendan en línea sobre la dinámica de un comité de bienestar. Un acuerdo de cumplimiento de normas debe ser firmado por cada miembro antes de que participen cada año escolar. Como parte individual interesada, tenga en cuenta que el cambio lleva tiempo, valore el trabajo de las personas y considere el hecho de que el Comité de Bienestar podría no estar capacitado para abordar todos los problemas existentes,

TERMINOS Y DEFINICIONES UNIVERSALES DE LA POLITICA DE BIENESTAR ESCOLAR LOCAL

Intentar navegar a través de los documentos oficiales y a través de la jerga relacionada con la gastronomía y mantenerse al día con las tendencias educativas es abrumador, ¡y más aún, entender cómo se desarrolla un plan de bienestar! Definir títulos y términos de uso frecuente puede ayudar incluso a aquellos que están familiarizados con el proceso de la política de bienestar para garantizar que todos los involucrados usen términos que todos entiendan. Se recomienda un lenguaje coherente para ayudar a diseñar un plan acorde a los esfuerzos de todo el distrito, a la equidad en los recursos disponibles para todos los estudiantes y miembros del personal en todo el distrito, y a la comunicación y promoción de una Política de Bienestar Escolar Local.

Reautorización de Nutrición Infantil:

[La reautorización de nutrición infantil](#) (CNR, por sus siglas en inglés) se refiere al proceso que realiza el Congreso para hacer cambios a los estatutos permanentes que autorizan los programas de nutrición infantil, incluido el Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés), y actividades relacionadas, como: la Ley Nacional de Almuerzos Escolares

Richard B. Russell, la Ley de Nutrición Infantil de 1966 y (con menos frecuencia) la Sección 32 de la Ley del 24 de agosto de 1935, que transfiere anualmente fondos a los programas de nutrición infantil.

Alimentos competitivos:

Alimentos y bebidas que se venden además de las comidas escolares y que cumplen con los nuevos estándares de nutrición. Se venden en competencia a la comida escolar completa reembolsable, estos artículos incluyen entradas, acompañamientos, refrigerios o bebidas que se venden durante la jornada escolar en máquinas expendedoras, sándwiches y líneas de menú a la carta. Los estándares federales de [alimentos competitivos](#) son estándares mínimos. Las agencias estatales y las LEA tienen moderación al adoptar estándares más estrictos para los tipos de alimentos y bebidas que se pueden vender. Los alimentos competitivos también se conocen en las escuelas como [refrigerios inteligentes](#).

Refrigerios imitadores:

Las compañías de alimentos han reformulado productos de refrigerios comunes para la venta en las escuelas, que se parecen a los alimentos

nutricionalmente diferentes que se venden en las tiendas. Es posible que estos refrigerios generen confusión entre los estudiantes.

Diversidad, Equidad, Inclusión y Justicia (DEIJ):

Diversidad, Equidad, Inclusión y Justicia (DEIJ):

Diversidad: la presencia de diferentes identidades, culturas y perspectivas dentro de las organizaciones. Estas diferencias pueden incluir, entre otras, la raza, el género, la religión, la orientación sexual, la etnia, la tribu, la casta, la nacionalidad, el estatus socioeconómico, el idioma, la (dis) capacidad, la edad, el compromiso religioso o la perspectiva política.

Equidad: el acto de garantizar que las organizaciones tienen procesos y programas que son imparciales, justos, y que tienen como objetivo proporcionar resultados iguales para todos los individuos. La igualdad se centra en garantizar que cada individuo tiene lo que necesita, entendiendo que no todos partimos del mismo lugar, y enfatiza que debemos esforzarnos por ajustarnos entre todos para abordar posibles desequilibrios.

Inclusión: la práctica de asegurar la pertenencia a las organizaciones. Este trabajo se esfuerza por garantizar que todos los miembros del equipo se sientan cómodos y apoyados por sus respectivas organizaciones y sientan que pueden ser ellos mismos dentro de la organización.

Justicia: el proceso de dismantelar los sistemas y estructuras de opresión que crean desigualdad, histórica y actual, y reemplazarlos por sistemas proactivos que promuevan la equidad en las políticas, las prácticas institucionales,

los mensajes culturales y las normas sociales para las personas de todas las identidades y culturas.

Educación de comestibles:

Un enfoque de aprendizaje que utiliza la comida y la cocina como una forma de enseñanza de una variedad de temas, desde ciencias y matemáticas hasta historia y cultura. Se puede implementar de diferentes maneras, como clases de cocina, huertos escolares, y proyectos basados en alimentos. El objetivo de la educación comestible es ayudar a las personas a desarrollar, de por vida, el amor por el aprendizaje y por estar más informados y empoderados al comer.

Comercialización de alimentos y bebidas:

la promoción y los mensajes de las empresas alimentarias sobre alimentos y bebidas, se pueden ver en las escuelas en carteles, máquinas expendedoras, portadas de libros de texto y marcadores. Se requiere que los Reglamentos de Bienestar de las Escuelas Locales aborden la comercialización de alimentos y bebidas permitiendo la comercialización y la publicidad solo de aquellos alimentos y bebidas que cumplen con los estándares de nutrición de Smart Snacks in School.

Servicio de Alimentos y Nutrición (FNS, por sus siglas en inglés):

Administra el Programa de Desayunos Escolares y el Programa Nacional de Almuerzos Escolares para ayudar a garantizar que todos los niños, particularmente los de bajos ingresos, reciban desayuno y almuerzo mientras están en la escuela o en la guardería..

Alfabetización alimentaria:

Según el Centro de [Alfabetización](#)

Alimentaria, consiste en comprender el impacto de las elecciones alimentarias en nuestra salud, en el medio ambiente, y en la economía, y comprender que estos impactos no se experimentan de forma equitativa.

Comidas gratuitas o a precio reducido:

Comidas servidas sin costo alguno a niños cuyos ingresos familiares son iguales o inferiores al 130% de las pautas federales de pobreza. Los niños tienen derecho a pagar un precio reducido si los ingresos de su hogar son superiores al 130% pero iguales o inferiores al 185% de esos marcadores federales. Los niños son automáticamente elegibles para recibir comidas escolares gratuitas si su hogar recibe cupones de alimentos, beneficios bajo el Programa de Distribución de Alimentos en Reservas Indígenas o, en la mayoría de los casos, beneficios bajo el programa de Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF).

Ley de Niños Saludables y Libres de Hambre (HHFKA, por sus siglas en inglés) de 2010:

El Congreso aprobó, con apoyo bipartidista, la Ley de Niños Saludables y Libres de Hambre en 2010 para ayudar a garantizar que todos los niños estadounidenses tengan acceso a la nutrición que necesitan para convertirse en adultos sanos. Uno de los objetivos de la ley era ayudar a reducir la epidemia de obesidad infantil en Estados Unidos y reducir los riesgos para la salud de los niños estadounidenses, ayudando a las escuelas de todo el país a producir comidas equilibradas para que los niños tuvieran acceso a alimentos saludables durante el día escolar. El USDA basó los nuevos estándares de comidas escolares en recomendaciones independientes y expertas del Instituto de Medicina para

garantizar que los niños sean alimentados con alimentos saludables mientras están en la escuela.

Alimentos saludables:

Según la definición de la Organización Mundial de la Salud, ayudan a proteger contra la malnutrición en todas sus formas, así como contra enfermedades no transmisibles, como la diabetes, las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer.

Agencia Local de Educación (LEA, por sus siglas en inglés):

Hace referencia a un distrito escolar, a una junta pública de educación, o a cualquier otra autoridad pública o privada sin fines de lucro legalmente constituida dentro de un Estado para el control administrativo o para la dirección de, o para realizar una función de servicio para escuelas primarias o secundarias públicas o privadas sin fines de lucro, en una ciudad, condado, municipio, distrito escolar u otra subdivisión política de un Estado.

Comité de Bienestar Escolar Local/ Comité de Política de Bienestar Escolar Local:

Es un grupo de diversos miembros de la escuela y de la comunidad que desarrollan iniciativas destinadas a mejorar y a mantener la salud y el bienestar de los estudiantes. Establecer e implementar una política de bienestar debe ser la tarea o el principal impulsor del trabajo del comité. El comité de bienestar puede servir como el grupo directivo principal, mientras que un comité de política de bienestar puede centrarse únicamente en la redacción de la política. Un comité de bienestar, también llamado consejo, alianza o aviso de salud, es un nombre que a menudo usan los distritos pequeños o las escuelas individuales.

Política de Bienestar Escolar Local:

es un documento por escrito de políticas oficiales que guía los esfuerzos de una agencia educativa local (LEA) o de un distrito escolar para establecer un ambiente escolar que promueva la salud, el bienestar y la capacidad de aprendizaje de los estudiantes, mediante el apoyo a la alimentación saludable y a la actividad física. Se recomienda que la Política de Bienestar Escolar Local se utilice de manera consistente para proporcionar equidad en todo el distrito y para identificar la responsabilidad del distrito escolar en la implementación de esta, de acuerdo con los requisitos del USDA.

Programa Nacional de Almuerzos Escolares (NSLP, por sus siglas en inglés) y Programa de Desayunos Escolares (SBP, por sus siglas en inglés):

Programas de comidas de nutrición infantil con asistencia federal que operan en escuelas públicas y privadas sin fines de lucro y en instituciones residenciales de cuidado infantil. Proporciona desayunos y almuerzos nutricionalmente equilibrados, de bajo costo o gratuitos a los niños todos los días escolares.

Educación Nutricional:

Según la Enciclopedia de Seguridad Alimentaria y Sostenibilidad, la educación nutricional se define como el conjunto de estrategias y de aprendizaje basado en el medio ambiente, que fomentan la adopción de opciones alimentarias y patrones de alimentación más saludables y sostenibles. La educación nutricional contribuye a mejorar la seguridad nutricional y la comprensión de la alfabetización alimentaria.

Seguridad nutricional:

Según el artículo [Priorizando la seguridad nutricional en los EE. UU.](#), la seguridad nutricional significa el acceso, la disponibilidad, y la asequibilidad constante a alimentos y bebidas que promuevan el bienestar, prevengan enfermedades y, si es necesario, las traten, particularmente entre las poblaciones de minorías raciales/étnicas, las poblaciones de bajos ingresos, y las poblaciones rurales y remotas, incluidas las comunidades tribales y las áreas insulares.

Estándares de nutrición para comidas escolares:

Es la recopilación detallada de documentos sobre la leche, los granos integrales, el sodio, y sobre una amplia gama de otras consideraciones y requisitos de los alimentos.

Alimentos nutritivos:

son alimentos que, en el contexto en el que se consumen y dependiendo del individuo que los consume, proporcionan nutrientes beneficiosos, (por ejemplo, vitaminas, minerales principales y oligoelementos, aminoácidos esenciales, ácidos grasos esenciales, fibra dietética) y que minimizan los elementos potencialmente dañinos (por ejemplo, anti nutrientes, cantidades de grasas saturadas y azúcares). Por ejemplo, una barra de granola puede considerarse saludable porque contiene ingredientes saludables, pero puede no considerarse nutritiva porque también contiene altos niveles de azúcar.

Ofrecer vs. Servir (OVS):

Es una disposición del Programa Nacional de Almuerzos Escolares (NSLP) y del Programa de Desayunos Escolares (SBP) que permite a los estudiantes rechazar algunos de los alimentos ofrecidos en la

escuela. Los objetivos de OVS es reducir el desperdicio de alimentos en los programas de comidas escolares y al mismo tiempo permitir que los estudiantes rechacen los alimentos que no tienen la intención de comer. Una consecuencia no deseada es que, con o sin educación nutricional, los niños pueden no recibir los nutrientes necesarios para la preparación académica o la resistencia a afecciones y enfermedades.

Alimentos procesados y alimentos ultra procesados:

Los alimentos procesados son aquellos con vitaminas o minerales añadidos y que también pueden incluir azúcar añadida. Los alimentos ultra procesados son alimentos que, no solo han sido procesados, sino que también se les han agregado otras sustancias como sal, azúcar, grasa, conservantes, y colorantes alimentarios para darles sabor y

hacerlos duraderos en las estanterías. Los alimentos ultra procesados presentan más riesgos para la salud.

Comida reembolsable:

Es la asistencia federal en dinero en efectivo, incluyendo pagos adelantados o pagos a plazos a las escuelas participantes, por una unidad de comida de precio único que ofrece todos los componentes del patrón de comidas diarias requeridas por el USDA para cada grupo de edad/grado servido en las cantidades mínimas requeridas. Las cantidades varían según la edad/grupo de grado, pero los componentes permanecen constantes y necesarios para todas las comidas de los estudiantes por las que se solicita el reembolso.

Plan de Sostenibilidad del Distrito Escolar:

Es un plan creado por distritos individuales que aborda los asuntos relacionados con los lugares de almacenaje, el transporte y las medidas de seguridad. Estos planes pueden combinarse con la Política de Bienestar de la Escuela Local para crear un esfuerzo colectivo que ayude a reducir los problemas dañinos para la salud.

Autoridad de Alimentos Escolares (SFA):

Es otro nombre que se le da al servicio de alimentos o al departamento de servicios de comedor. Es el organismo rector responsable de la administración de una o más escuelas; tiene la autoridad legal para operar el programa en ellas o para ser aprobado por FNS para manejarlo.

Componentes de las comidas escolares:

El USDA requiere que las entidades que participan en el Programa Nacional de Almuerzos Escolares que reciben asistencia federal incluyan: 1) carne/o alternativa a la carne, 2) granos/pan, 3) frutas, 4) verduras, 5) leche. [Las Barras de Ensaladas para Escuelas](#) pueden incluir una ensalada completa con los cinco componentes mencionados. Las carnes de tofu y soya no cuentan en ninguna de las categorías.

Política de Bienestar Escolar:

Hace referencia a una sola política o a un solo plan escolar, mientras que una Política de Bienestar Escolar Local implica un enfoque de todo el distrito. Este grupo, que representa a una sola escuela, también puede denominarse consejo o alianza de salud.

SNAP-Ed:

Es un programa de financiación federal que ayuda a personas de bajos recursos a usar los dólares de SNAP de manera efectiva.

Les enseña cómo cocinar comidas saludables y a llevar estilos de vida físicamente activos. SNAP-Ed se asocia con agencias estatales y locales para implementar programas de educación nutricional y prevención de la obesidad que promuevan opciones de alimentos saludables y actividad física.

Aprendizaje socioemocional (SEL por sus siglas en inglés):

Es el proceso de desarrollo y uso de habilidades sociales y emocionales al que también se le llama aprendizaje o alfabetización socioemocionales.

Agencia Estatal (SA por sus siglas en inglés):

Garantiza que el distrito escolar cumpla con los requisitos de la política de bienestar a través de la evaluación trienal. La SA o el Departamento de Educación del Estado, proporciona asistencia técnica al distrito escolar por el cumplimiento de los requisitos. Aquí es donde preside la oficina de Servicios de Alimentos y Nutrición (FNS por sus siglas en inglés)

Agencia Estatal (SA por sus siglas en inglés):

garantiza que el distrito escolar cumpla con los requisitos de la política de bienestar a través de la evaluación trienal. La SA o el Departamento de Educación del Estado, proporciona asistencia técnica al distrito escolar por el cumplimiento de los requisitos. Aquí es donde preside la oficina de Servicios de Alimentos y Nutrición (FNS por sus siglas en inglés)

Nutrición en equipo:

Es una iniciativa del Servicio de Alimentos y Nutrición del USDA que apoya los programas de nutrición infantil a través

de la capacitación y la asistencia técnica para el servicio de alimentos, educación nutricional para niños y sus cuidadores, y apoyo escolar y comunitario para una alimentación saludable y actividad física.

Evaluación trienal:

Es el documento que un distrito produce cada tres años y que demuestra el cumplimiento del distrito con la política de bienestar, el progreso realizado en el logro de los objetivos de esta, y cómo se compara con las políticas de bienestar usadas como modelo.

Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés):

Proporciona liderazgo en alimentos, agricultura, recursos naturales, desarrollo rural, nutrición y temas relacionados, con base en políticas públicas, la mejor ciencia disponible, y una gestión eficaz.

USDA CDC Escuelas Saludables:

trabaja con los Estados, los sistemas escolares, las comunidades, y las entidades nacionales para prevenir enfermedades crónicas y promover la salud y el bienestar de los niños y adolescentes en las escuelas. El CDC es un gran centro de recursos que alberga información sobre los índices nacionales de salud.

Toda Escuela, Toda Comunidad, Todo Niño (WSCC por sus siglas en inglés):

El marco de trabajo que el CDC establece para abordar la salud en las escuelas, que está centrado en el estudiante, y que enfatiza el papel de la comunidad en el apoyo a la escuela, a las conexiones entre la salud y el rendimiento académico, y a la importancia de las políticas y de las prácticas escolares basadas en la evidencia.

CAPITULO 2:

Comité de Bienestar Escolar Local

¿Que es un Comité de Políticas de Bienestar Escolar Local?

Un Comité de Bienestar Escolar Local es un grupo diverso e inclusivo, que se enfoca en la salud y en el bienestar de una comunidad escolar. Un Comité de Bienestar Escolar Local consta de seis a doce miembros e incluye al personal de la escuela, estudiantes, socios y organizaciones comunitarias, así como otras partes interesadas pertinentes. La función principal del Comité de Bienestar Escolar Local es implementar la política de bienestar del distrito y liderar otras iniciativas relacionadas con la salud. Este grupo debe reunirse al menos cuatro veces durante el año escolar. Es posible que se necesiten subcomités, equipos o grupos de trabajo, para redactar la política o para cumplir con otras responsabilidades, como

la financiación de proyectos de bienestar y otros programas relacionados.

¿Cuales son las Responsabilidades del Comité de Bienestar?

Los miembros del comité de bienestar tienen la tarea de gestionar todos los aspectos de la política de bienestar, la cual, a su vez, tiene el potencial de cambiar y mejorar vidas, algo que puede ser a la vez abrumador y estimulante. Para manejar esta difícil tarea, se recomienda que haya grupos adicionales de trabajo o equipos dedicados a cubrir las responsabilidades que no pueden ser llevadas a cabo por el Comité de Bienestar Escolar Local más grande. Al hacerlo, se pueden asignar responsabilidades a los miembros más efectivos durante las reuniones de bienestar. La siguiente lista

de responsabilidades es útil para que los potenciales miembros entiendan el alcance del trabajo que les ha sido asignado, y sepan, también, cómo delegar tareas.

- Brindar apoyo de manera equitativa a todas las escuelas del distrito en el desarrollo de un entorno más saludable.
- Crear la misión y los objetivos de la Política de Bienestar Escolar Local alineadas con las prioridades del plan estratégico, los objetivos y las barreras de seguridad del distrito, el plan de acción de sostenibilidad, y la legislación y regulaciones de las iniciativas de sostenibilidad verde de la ciudad.
- Participar en la redacción o actualización de un nuevo LSWP del distrito como comité de bienestar, o crear un grupo de trabajo que participe directamente en la composición de la política de bienestar.
- Reclutar a los padres y a miembros de la comunidad, incluidos los funcionarios de la ciudad, y las organizaciones asociadas, para que participen en el desarrollo de un medio ambiente más saludable en todo el distrito y en los vecindarios circundantes.
- Aprovechar los fondos conjuntos de toda la ciudad y de los socios y aprovechar los recursos para el bienestar de los estudiantes y del personal, y/o crear un grupo de trabajo para identificar y redactar subsidios de ayuda financiera para implementar la infraestructura y los programas de bienestar.
- Planificar la implementación y la programación de proyectos para los estudiantes y para el personal.





- Preparar y participar en las revisiones administrativas y presentar el informe trienal.
- Llevar a cabo encuestas del distrito, como el Wellsat, para identificar las necesidades específicas del distrito relacionadas con el bienestar de los estudiantes y del personal.
- Evaluar los proyectos, la programación y los esfuerzos de la política de bienestar, mediante la evaluación comparativa de estrategias y objetivos a corto y largo plazo.
- Notificar al público sobre la política de bienestar y sobre cualquier actualización del documento escrito.
- Mantenerse al día con la legislación federal, estatal y local y con las

regulaciones que pudiesen afectar lo que se requiere en términos de nutrición y otros estándares de salud.

Revisión administrativa personalizada por parte de la agencia estatal

El cumplimiento de la Política de Bienestar Escolar Local debe ser responsabilidad de la Agencia de Educación Local o del distrito escolar. En consecuencia, la última regulación determina que la responsabilidad de revisión recae sobre la Agencia Local De Educación (LEA por sus siglas en inglés) y no sobre la Autoridad de Alimentos Escolares (SFA por sus siglas en inglés), y codifica las

responsabilidades de supervisión de la agencia estatal. Las agencias estatales

realizan revisiones administrativas una vez cada cinco años. Los siguientes elementos se pueden recopilar y utilizar en el informe de evaluación trienal para cumplir con los requisitos de las regulaciones federales y también para prepararse para la revisión administrativa. Consulte la agencia estatal correspondiente para obtener información específica sobre una revisión administrativa. Este es un ejemplo de los requisitos del departamento de educación de un Estado:

- Proporcionar la Política de Bienestar Escolar Local actualizada.
- Asegurarse de que los elementos mínimos necesarios están escritos en el LSWP.
- Proporcionar documentación que demuestre el conocimiento público del LSWP.
- Proporcionar documentación que explique cuándo y cómo se revisa y actualiza el LSWP.
- Informar sobre quién está involucrado en la revisión y actualización del LSWP.
- Explicar cuál es su relación con la SFA.
- Explicar cómo se informa a las posibles partes interesadas sobre la capacidad para participar en el desarrollo, la revisión, las actualizaciones y la implementación del LSWP.
- Proporcionar una copia de la evaluación más reciente sobre la implementación del LSWP.
- Reportar sobre cómo se informa al público sobre los resultados de la evaluación más reciente de la implementación de la LSWP.

La evaluación trienal

La Evaluación Trienal debe presentarse al Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA por sus siglas en inglés) cada tres años. El propósito de este informe es demostrar el progreso en la implementación de las pólizas establecidas en la Política de Bienestar Escolar Local. Al menos una vez cada tres años, se mide y se pone a disposición del público:

- El nivel en el que las escuelas cumplen con el LSWP.
- El nivel en el que el LSWP se compara con un modelo de Política de Bienestar Escolar Local.
- Los progresos realizados en la consecución de los objetivos de la LSWP.



Este es un ejemplo de un [formulario](#) ya completado que puede servir como herramienta de evaluación y como plantilla de informe de la evaluación trienal para cumplir con los requisitos de las regulaciones federales y para prepararse para la revisión administrativa. Estos informes ayudan al comité de bienestar a evaluar el cumplimiento por parte de las escuelas y a determinar el progreso hacia los puntos de referencia, objetivos y metas. Desarrollar una política de bienestar con objetivos medibles y puntos de referencia anuales realistas ayudará cuando llegue el momento de evaluar el progreso.

Notificación pública de la política de información

Las LEA o las escuelas deben notificar anualmente a los hogares sobre la disponibilidad de la LSWP y deben proporcionar información que permita a los hogares interesados obtener detalles adicionales. Se recomienda categóricamente, que las LEA hagan esfuerzos conjuntos para garantizar que la Política de Bienestar Escolar Local y cualquier anuncio público relacionado con la misma, incluidas sus actualizaciones, estén disponibles en los idiomas que representen a la comunidad escolar. El comité de bienestar debe conservar la siguiente documentación:

- Política de Bienestar Escolar Local por escrito.
- Documentación que demuestre el cumplimiento de los requisitos de participación comunitaria.
- Documentación de la evaluación trienal de la Política de Bienestar Escolar Local.
- Documentación que demuestre el cumplimiento de los requisitos de notificación pública anual.



Financiamiento para la implementación de proyectos y programas

El comité de bienestar puede reclutar y designar un grupo de trabajo para identificar, redactar y administrar subsidios financieros en función de las necesidades del distrito escolar. Un plan de bienestar de la escuela local personalizado será una ventaja al solicitar subsidios financieros, y, además, ese plan se puede incluir en documentos que muestren el compromiso del distrito con el bienestar y la sostenibilidad. El grupo de trabajo puede considerar reasignar los fondos existentes para alinearlos mejor con el compromiso de bienestar del distrito escolar.

En consecuencia, los departamentos del distrito pueden compartir el costo del

salario de un coordinador de huertos escolares que trabaje en diferentes instalaciones, al igual que el costo de los departamentos de currículo y de los servicios de alimentos, ya que esas responsabilidades caerían dentro de la descripción de sus labores. La incorporación de miembros del grupo de trabajo de la comunidad empresarial, especialmente de un hospital, aumentará las posibilidades del grupo de trabajo de identificar múltiples mecanismos de financiamiento que permitan que las iniciativas de bienestar sean rentables y sostenibles.

La financiación a través de las Organizaciones de Padres y Maestros y el trabajo con la fundación educativa del distrito escolar (o el establecimiento de una) pueden presentar oportunidades de recaudación de fondos a la vez que se atiende la salud y el bienestar. El patrocinio de una exposición anual de salud en todo el distrito es otro ejemplo de un flujo de financiamiento que proporcionaría fondos permanentes

para la implementación de proyectos y programas, al tiempo que promovería la participación de la comunidad en actividades relacionadas con la política de bienestar.

¿Quién Puede ser Miembro del Comité de Bienestar Escolar Local?

Cada miembro del comité tiene una contribución que hacer para determinar qué polizas deben incluirse en la Política de Bienestar Escolar Local. Mientras que algunos pueden tener funciones específicas, como coordinador de huertos o profesor de educación física, otros pueden centrarse en cuestiones como la seguridad nutricional o la acción climática. Como parte interesada interna o externa, explore la posibilidad de convertirse en miembro del comité de LSWP conectándose con el líder del Comité de Bienestar para:



- Preguntar sobre los miembros del comité de bienestar actual.
- Establecer una hora para reunirse con el líder de bienestar.
- Observar una reunión del comité.
- Discutir las oportunidades para participar en la política de bienestar y el proceso de implementación.

Las funciones y la composición del comité de bienestar a menudo dependen del tamaño del distrito escolar y de sus



prioridades relacionadas con los temas de bienestar. Por ejemplo, si el acceso a alimentos nutritivos es una prioridad para la agencia de educación local o para el distrito escolar, el departamento de salud de la ciudad o del condado podría ser un miembro esencial del comité. Algunos títulos o roles no existen dentro de ciertos distritos escolares por lo que muchos miembros del personal pueden estar asumiendo múltiples roles. Los marcos de referencia “Toda Escuela, Toda Comunidad, y Todo Niño” y “Diversidad, Equidad, Inclusión y Justicia” a los que se hace referencia en el Capítulo 1 y en el apéndice de este kit de herramientas, pueden ayudar a impulsar las decisiones sobre quién debe estar representado en el comité de bienestar.

¿Quién Debería Dirigir el Comité de Bienestar Escolar Local?

Los distritos escolares individuales están más calificados para identificar quién es el mejor candidato para el liderazgo de la Política de Bienestar Escolar Local, ya que el tamaño, los recursos y las necesidades varían enormemente. A menudo, es el director del servicio de alimentos quien se asigna para liderar el reclutamiento de miembros, para planificar reuniones de bienestar y para garantizar el cumplimiento de la Política y del Plan de Bienestar Escolar Local. Además de desempeñar este papel, el director de servicio de alimentos/nutrición supervisa las operaciones del servicio de alimentos en todas las escuelas o sitios y administra el programa de comidas escolares de acuerdo con las políticas locales, estatales y federales. Comprensiblemente, esto puede resultar en un menor enfoque en el comité de políticas de bienestar, ya que, mientras realizan estas actividades, tienen



que mantener sus responsabilidades laborales regulares.

A pesar de que el servicio de alimentos o el supervisor de nutrición suelen ser los líderes del comité de bienestar, vale la pena señalar que, aunque tienen experiencia en el programa de nutrición infantil, lo más probable es que no posean experiencia en educación. Para reducir

los desafíos y las responsabilidades que pueden estar más allá de sus posibilidades de administrar una operación de servicio de alimentos, se recomienda que el gerente de sostenibilidad o bienestar cumpla con los deberes de liderar el comité. Si estos roles no existen, otro personal administrativo, como un gerente de currículo, podría coliderar el comité con el director del servicio de alimentos.

Los líderes deben consultar con el director o con el superintendente de la escuela o del distrito escolar para evaluar si un entrenamiento en liderazgo es necesario para liderar eficazmente a un grupo de personas que representan una variedad de orígenes, prioridades y metas diferentes. Lo más probable es que este tipo de capacitación esté disponible a través del Departamento de Alimentos y Nutrición (FNS por sus siglas en inglés) de la agencia estatal de educación correspondiente.

Construir un Comité de Bienestar Colaborativo y Diverso

Los miembros potenciales y los miembros actuales del comité deben representar la diversidad de la población estudiantil de la agencia educativa o del distrito escolar. Esto suele llevar mucho tiempo y puede ser un desafío, especialmente en el reclutamiento de nuevos miembros, pero es esencial para obtener resultados positivos para los estudiantes, para el personal de trabajo, y para la comunidad escolar. Se pueden establecer prácticas para permitir que todas las partes interesadas tengan la misma oportunidad de participación en la creación de la política de bienestar::

- Establecer los horarios de las reuniones convenientes para todos los miembros.



- Proporcionar cuidado de niños.
- Tener disponibles bocadillos nutritivos.
- Pagar a los miembros un estipendio por participar.

Conozca los pasos para formar un comité basado en la diversidad, la equidad y la inclusión aquí. Independientemente del método que se emplee para seleccionar a los miembros que se unirán al comité de bienestar, los conceptos de Diversidad, Equidad, Inclusión y Justicia (DEIJ) se pueden utilizar para motivar una conversación significativa en la que los miembros existentes, nuevos y potenciales describan lo que cada uno de esos términos significa para ellos. Más información sobre el marco DEIJ aparece en el Capítulo 1 de este kit de herramientas.

Determinar la necesidad de un modelo de impacto colectivo para la organización del Comité de Bienestar con el fin de tener reuniones colaborativas efectivas. Estos recursos del Foro de Impacto Colectivo, pueden brindar orientación

a los líderes y miembros del comité de bienestar sobre cómo el impacto colectivo puede activar el cambio de manera efectiva. La colaboración, cuando las voces de la escuela y de la comunidad son el centro, presenta una gran cantidad de oportunidades para alinear prioridades y para compartir resultados positivos para las ciudades y regiones, tales como, la ampliación de los espacios verdes, un mayor acceso a los alimentos, y el aprovechamiento de mecanismos de financiación adicionales. Tener representantes del distrito escolar, del municipio, y de las organizaciones asociadas que participen o contribuyan en el proceso de creación de la política de bienestar, aumenta las posibilidades de lograr los resultados deseados de un LSWP.

- Diseñar e implementar la iniciativa dando prioridad a la equidad.
- Incluir a los miembros de la comunidad en la colaboración.
- Utilizar la base de datos para aprender, adaptarse y mejorar continuamente.

- Cultivar líderes con habilidades únicas de liderazgo sistémico.
- Enfocarse en las estrategias del programa y del sistema.
- Construir una cultura que fomente las relaciones, la confianza y el respeto entre los participantes.
- Personalizar teniendo en cuenta el contexto local.

Invitar a Miembros a Unirse al Comité de Bienestar Escolar Local

Quiquiera que sea el asignado o designado para convertirse en el líder del comité de bienestar, debe tener como tarea inicial, determinar quién regresa como miembro, cuántos miembros se necesitan para llenar las vacantes y qué tipo de miembros deben ser invitados o reclutados. Los miembros actuales pueden decidir llevar a cabo un proceso de aplicación para ser parte del comité y de esa forma garantizar un equilibrio entre las partes interesadas, las partes esenciales y quizás las partes recomendadas. Las siguientes son algunas ideas para que los líderes del comité y los miembros existentes comiencen a rodar la pelota:

- Comunicarse personalmente con los miembros potenciales, necesarios y esenciales.
- Enviar una carta de invitación personalizada.
- Anunciar las vacantes de los comités en la página principal del sitio web de la escuela y del distrito, que incluya las responsabilidades, el compromiso de tiempo y, de ser posible, una aplicación o una encuesta.





- Conectarse con padres, estudiantes, grupos comunitarios, consejos y asociaciones locales para identificar a un representante de cada organización.
- Identificar a los socios existentes de la escuela o del distrito escolar con base en las posibles necesidades de programación del distrito.

Partes Interesadas, Requeridas, Esenciales y Recomendadas

Según el USDA, la política de bienestar debe implicar un esfuerzo de colaboración entre:

- Padres
- Estudiantes
- Administradores Escolares Food Service Personnel
- Personal de Servicio de Alimentos
- Profesores de Educación Física
- Profesional de la Salud Escolar
- Miembros de la Junta Escolar
- El público (organización, miembro de la comunidad o funcionario de la ciudad)

Lo ideal es que el comité de bienestar incluya miembros que puedan abordar las prioridades de la comunidad escolar. Realizar una encuesta entre la comunidad, el personal y los estudiantes, puede servir para identificar los principales problemas de salud y de bienestar que aquejan al distrito. Con base en los resultados de la encuesta, el comité de bienestar puede formarse reclutando miembros que estén bien informados, que tengan experiencia



con cada una de las áreas problemáticas identificadas, y que representen la diversidad del distrito en cada una de esas áreas. El identificar como las partes interesadas esenciales y recomendadas pueden apoyar en la implementación del plan, aumentará la eficacia del comité de bienestar y establecerá responsabilidades para todos los miembros.

Esenciales

Estudiantes (del distrito asesor o del consejo estudiantil existentes): Los estudiantes son la parte interesada más importante. Involucrar a los estudiantes en el proceso de toma de decisiones les permite ser agentes de cambio en los asuntos que son importantes para ellos.

Director de servicio de alimentos y nutrición del distrito: Con el fin de impactar el entorno de los alimentos

escolares, tanto el director del servicio de alimentos como el personal de la cafetería, son roles claves para ayudar al comité de bienestar escolar a comprender los requisitos federales y estatales y para realizar cambios importantes en las ofertas de alimentos y bebidas en su escuela. Ellos desempeñan un papel fundamental en la implementación de programas de alimentación saludable y en la gestión del proceso de servicio de alimentos para garantizar un entorno alimentario limpio, seguro y saludable.

Administradores del distrito (directores y otros departamentos internos como jefes de instalaciones, departamento de sostenibilidad y bienestar, departamento de seguridad estudiantil, alcance comunitario): El apoyo administrativo es fundamental en los esfuerzos continuos para mejorar la salud escolar y para apoyar la participación. Los directores (que

representan a las escuelas primarias, intermedias y secundarias) y/u otros administradores del distrito, deben ser incluidos e informados sobre las actividades de planificación. Los administradores también pueden ayudar a identificar diferentes formas de integración del plan de bienestar del distrito a otras iniciativas del comité escolar para apoyar el desarrollo integral del niño.

Educadores (ciencias, salud, educación física, ciencia del consumidor en la familia, carreras y tecnología, especialistas en intervención, agricultura y practicas culinarias, STEM, STEAM): Los maestros deben ser incluidos e informados para apoyar las actividades de salud y bienestar. Pueden apoyar el proceso de implementación para mejorar el desarrollo integral del niño. Los miembros del personal son fundamentales para determinar qué desarrollo profesional o qué capacitación se necesita para la implementación en todo el distrito. Por lo general, los maestros de educación física y para la salud, son conocidos como los “campeones” de la actividad física y de la alimentación saludable en las escuelas. Brindan apoyo curricular para mejorar la salud de los estudiantes e involucran al personal en actividades de bienestar. Su participación es fundamental para liderar el proceso de implementación y apoyar el desarrollo profesional, y para facilitar la actividad física y los programas y prácticas de alimentación saludable para mejorar la salud de los estudiantes.

Coordinador de huertos escolares: Ya sea que haya un coordinador de distrito o varios coordinadores



que supervisen el programa de huertos escolares, estos son esenciales para contribuir con lo que se necesita para la educación alimentaria y nutricional. Como miembro del comité de bienestar, un coordinador de huertos escolares puede colaborar eficazmente con los departamentos de currículo y servicios de alimentos para establecer conexiones valiosas entre el cultivo y el consumo de comidas nutritivas.

Gerentes de currículo (incluyendo el desarrollo y la educación profesional y tecnológica): Estos especialistas tienen la experiencia para integrar la educación ambiental y nutricional, basada en estándares, en los mapas curriculares del distrito. Pueden apoyar el proceso de implementación para mejorar el desarrollo integral del niño y son fundamentales para determinar qué desarrollo profesional o capacitación se necesita para la implementación en todo el distrito.

Organizaciones asociadas: Las organizaciones comunitarias y las organizaciones sin fines de lucro son cruciales para llevar su trabajo a las escuelas, no solo para cumplir con sus objetivos de divulgación, sino también para disminuir la carga de los miembros del comité, quienes son los únicos responsables de planificar e implementar políticas. Proporcionan programas educativos para apoyar la implementación de un plan de bienestar que mejor aborde las necesidades únicas de su distrito escolar, a menudo de forma gratuita, o tienen sus propios fondos para apoyar los programas del distrito escolar.

Servicios de salud estudiantil (enfermera/o, consejera/o, trabajador/a social, psicóloga/o): La enfermera/o escolar es conocida como la/el “especialista” en salud escolar que brinda servicios de salud integral a los estudiantes. A pesar de que la

enfermera/o escolar puede servir a tiempo parcial en algunas escuelas, puede servir como miembro del equipo en la prestación de servicios preventivos, identificación temprana de problemas, intervenciones, y referencias para fomentar la salud y el éxito educativo. El consejero/a escolar proporciona asesoramiento, servicios psicológicos y sociales para apoyar el desarrollo integral del niño. Los consejeros/as escolares desempeñan un papel fundamental en la información y recursos que ayuden a construir un clima socioemocional saludable que apoye la salud y el rendimiento académico de los estudiantes.

Grupo de padres/cuidadores (La Organización o la Asociación de Padres y Maestros): La participación de los padres y de la familia es fundamental para garantizar que el bienestar escolar vaya más allá de la escuela. Los padres y los miembros de la familia sirven como defensores naturales de los estudiantes y pueden apoyar la difusión de la información a otros padres y los esfuerzos de la Política de Bienestar Escolar Local. Su participación también fomenta las asociaciones entre las escuelas, la familia y los grupos comunitarios.

Asociados de programas de la ciudad y de la comunidad (funcionarios de la ciudad, Departamento de Salud, consejo de políticas alimentarias, manejo de desechos, transporte activo, medio ambiente): Los profesionales de la salud, como un médico local o el personal del hospital, pueden proporcionar información general sobre problemas relacionados con la salud que estén afectando a los estudiantes dentro de la comunidad. También pueden proporcionar recursos y/o servicios para apoyar la mejora de la salud de los estudiantes.

Miembros de la comunidad (consejos vecinales, coaliciones, alianzas): Los

miembros de la comunidad provienen de diversos orígenes, desde la salud pública hasta el gobierno de la ciudad. Estos departamentos a menudo tienen acceso a recursos comunitarios y a otras organizaciones, así como a datos sobre los comportamientos de salud de los estudiantes que pueden respaldar los programas de bienestar escolar y los cambios en las políticas. Las coaliciones locales son grupos que se forman para abordar problemas específicos de los jóvenes, tales como la obesidad infantil; A menudo, estos grupos están ansiosos por trabajar con las escuelas y por vivir experiencias que son valiosas para describir el lenguaje de las pólizas que apoyan los proyectos y programas locales

Recomendadas

Miembros de la junta escolar: Los miembros de la junta escolar pueden ofrecer apoyo a las políticas a nivel del distrito y pueden proporcionar experiencia relacionada con los problemas de salud de los estudiantes. A menudo están comprometidos con el distrito durante un largo período de tiempo, por lo que su participación puede aumentar la sostenibilidad de los esfuerzos del Comité de Bienestar Escolar Local.

Miembros del personal escolar (coordinador de recursos/enlace comunitario, asistente de intervención): los miembros del personal que no están certificados para enseñar tienen el importante papel de construir relaciones positivas con los padres y con los miembros de la comunidad. Tienen la capacidad de conectar a los educadores con programas y con eventos comunitarios que apoyen el bienestar.

Antes, después de la escuela, organizaciones de verano fuera de la escuela (parques y recreación, centros

comunitarios de aprendizaje, servicios extracurriculares comunitarios): El personal fuera del horario escolar (OST por sus siglas en inglés) ofrece oportunidades de actividad física, programas de enriquecimiento y opciones de refrigerios para continuar el desarrollo del estudiante antes o después del horario escolar. Es importante involucrar al personal de OST para garantizar que los estudiantes reciban las mismas opciones saludables y los mismos mensajes que se transmiten durante el horario escolar.

Instituciones de educación superior (pasantías ambientales, extensión universitaria de la granja a la escuela, SNAP-Ed, huertos escolares, maestros jardineros): Si los distritos escolares están conectados a un colegio o universidad, se amplían las posibilidades de implementar programas para apoyar todos los aspectos de los esfuerzos de bienestar y sostenibilidad del distrito escolar. Los distritos escolares que patrocinan pasantías y cooperativas relacionadas con la salud, la alimentación y el medio ambiente, están aumentando su capacidad para garantizar el acceso equitativo a programas de bienestar, infraestructura verde y recursos relacionados con el plan de estudios.

Funcionarios electos: La mayoría de las veces se trata de un miembro del consejo de la ciudad que preside o forma parte de un comité que tiene prioridades alineadas con las políticas de bienestar y que incluyen a la juventud, la educación, el acceso a los alimentos, y el desarrollo de la fuerza laboral verde. Estas personas y sus afiliaciones se pueden identificar accediendo al sitio web de la ciudad. Busque una oficina de sostenibilidad de la ciudad que pueda tener objetivos que reflejen una política de bienestar.

Comunidad empresarial local (incluidos los hospitales): Las empresas tienen interés en ayudar a los jóvenes a estar sanos y a tener éxito en la escuela para que continúen con este éxito en sus carreras. Las empresas pueden proporcionar recursos o patrocinios que se pueden aprovechar para apoyar iniciativas de bienestar.

Comunicaciones del distrito: El estatus de la implementación de la política de bienestar debe comunicarse constantemente a través del sitio web del distrito, de los boletines escolares, de los sitios web de las escuelas, y en las redes sociales. El equipo de comunicación del distrito puede crear comunicados de prensa y puede hablar con los medios de comunicación cuando estén cubriendo eventos.

Gerente/redactor de subsidios financieros del distrito escolar: Invite al redactor de subsidios financieros del distrito, de ser necesario, a identificar los fondos disponibles de la ciudad, del Estado y del gobierno federal para proyectos y programas de bienestar que se implementarán como resultado de la política escrita.

Representante de recursos humanos del distrito: Si no hay un coordinador de bienestar del distrito, lo más probable es que se necesite un profesional de recursos humanos, para establecer oportunidades relacionadas con el bienestar del personal, como controles de salud y programas de ejercicios. Los beneficios de esto son dobles; los programas de bienestar del personal atraen a nuevos maestros y sirven como método para que los educadores modelen comportamientos saludables.

CAPITULO 3:

El Comité Distrital de Bienestar

Debido a la flexibilidad en la política de bienestar de un distrito escolar local, USDA permite desarrollar políticas que cubran específicamente las necesidades de la agencia o del distrito escolar y permite, a su vez, la creación de un comité de bienestar que se beneficie de una red coordinada de asociaciones internas y externas. Independientemente del tamaño de la escuela o del distrito escolar, se recomienda la siguiente estructura para facilitar reuniones efectivas con una representación diversa de las partes interesadas. Cada año puede presentar un conjunto de circunstancias diversas, por lo que, al comienzo de cada año escolar, los líderes del comité de bienestar deben revisar la membresía del comité en función de los cambios en las prioridades, metas o estrategias del distrito escolar. Los parámetros de membresía, y los límites de

mandato, se pueden instituir para dar oportunidad de participación a otras partes interesadas.

Un comité de bienestar debe estar compuesto de aproximadamente 12 personas, donde la mayoría de los miembros se consideren “necesarios” o esenciales y el resto “recomendados” (Consulte el capítulo 2 de este kit de herramientas para obtener más detalles). Se recomiendan cuatro reuniones del comité de bienestar por año escolar, pero es posible que se necesiten más reuniones si se requiere una política de bienestar nueva o actualizada. (La política de bienestar debe actualizarse cada tres años). Los miembros recomendados pueden ser invitados a las reuniones según sea necesario.



Una descripción de un plan de comité de bienestar para un año escolar en particular y una plantilla de agenda de reuniones se encuentra [aquí](#). En la primera reunión del comité de bienestar, establezca normas grupales, protocolos de toma de decisiones y acuerdos con respecto a la participación. Tenga en cuenta también lo siguiente:

- Determinar requisitos de participación. Se puede pedir a las partes interesadas internas que seleccionen a un sustituto para que asista en su lugar si no pueden asistir a una reunión.

- Establecer objetivos a corto y largo plazo, incluidas estrategias de implementación y puntos de referencia.
- Establecer un cronograma del año escolar para alcanzar las metas. Se puede crear un grupo de trabajo o equipo adicional si es necesario.

Se recomiendan las siguientes estructuras de comités con base en la amplitud del trabajo, en la capacidad del líder y de los miembros del comité para maximizar la eficacia de la producción, y en la implementación de un plan de bienestar personalizado.



El Comité de Bienestar Escolar que Realiza Todas las Funciones

Esta estructura de comité involucra a los miembros del comité requeridos o esenciales del organigrama, quienes realizarán todas las funciones para cumplir con los requisitos del USDA para la Política de Bienestar Escolar Local. Este es un ejemplo de una representación efectiva del comité de bienestar junto con la implementación del enfoque de prioridades y políticas emergentes Integrales del programa Todo Niño y DEIJ:

- Población estudiantil
- Padres de familia
- Servicio de comidas
- Currículo
- Instalaciones y mantenimiento del distrito
- Carrera y tecnología
- Consejo escolar
- Gobierno de la ciudad
- Salud mental (interna)
- Educador de ciencias
- Especialista en intervención

- Educador de educación física
- Educador de huertos escolares
- Director de escuela primaria
- Director de escuela intermedia/ secundaria
- Socios comunitarios
- Organizaciones asociadas
- Comunicaciones distritales

El Subcomité de Redacción de las Políticas de Bienestar

Al igual que en el subcomité de narración de la política, se recomienda que en este subcomité participen de seis a ocho miembros. El subcomité redacta el LSWP con base en lo que el comité en pleno decida lo que debe ser la política de bienestar del distrito escolar. La necesidad de un subcomité a menudo está determinada por el tamaño del distrito escolar. Cada uno de estos miembros representa los componentes de la política de bienestar, nutrición, actividad física, y otras actividades escolares que promueven el bienestar de los estudiantes.

- Estudiante
- Padre de familia
- Director de servicio de alimentos o supervisor de servicios de nutrición
- Líder del equipo de educación física del distrito escolar
- Gestor de currículo
- Miembro de la comunidad
- Organización asociada

El Subcomité de Financiación Conjunta de las Políticas de Bienestar

Debe constar de aproximadamente seis a ocho representantes del comité de bienestar, incluidos miembros esenciales o recomendados. Durante el curso de la redacción o actualización del LSWP, es posible que se identifiquen nuevas infraestructuras, proyectos y programas que requieran financiamiento. El grupo de trabajo puede dedicarse a garantizar una distribución equitativa de los recursos para todos los estudiantes y para todo el personal. Las responsabilidades del grupo incluyen la elaboración de presupuestos, la identificación de fondos, la redacción de subsidios financieros y la presentación de informes. El siguiente es un ejemplo de una red de asociaciones que muestra el compromiso por la salud y el bienestar del personal y de los estudiantes, mientras facilita el plan para una implementación equitativa del mismo.

- Miembro de la junta escolar
- Gerente distrital de subsidios financieros
- Gestor de currículo
- Funcionario de la ciudad
- Padre de familia
- Organización asociada
- Miembro de la comunidad

Equipos Individuales de Bienestar Escolar y Aprendizaje al Aire Libre

Este es un equipo que funciona a nivel escolar individual y es el responsable de trabajar con el personal y con los estudiantes para nutrir y mantener los espacios designados de aprendizaje al aire libre.

- Estudiantes
- Educadores
- Rector de la escuela
- Coordinador de recursos/enlace con la comunidad
- Líder de instalaciones y mantenimiento escolar
- Representante de la asociación/organización de padres/maestros

Grupo Asesor Estudiantil

Invitar a los estudiantes que ya pertenecen a grupos existentes de consejos escolares, clubes y organizaciones, reducirá el tiempo adicional necesario para reclutar nuevos miembros. Los educadores pueden recomendar a los estudiantes más jóvenes y pueden sugerir formas de participación fuera de los horarios de reunión programados.

Más Allá del Comité de Bienestar

Existen oportunidades para la participación y la defensoría más allá de ser miembro de un comité interno del distrito escolar, un grupo de trabajo o un equipo.

- **Estudiantes:** Iniciar un grupo o club con un enfoque en sostenibilidad y/o bienestar
- **Padres:** Unirse a la asociación de padres y maestros de la escuela

para abogar por fondos para apoyar programas de salud y bienestar y para planificar eventos centrados en la comunidad.

- **Individuos:** Ofrecerse a hablar o a hacer una presentación en una reunión del comité sobre un tema u oportunidad que los miembros del comité desconozcan,
- **Individuos:** Comunicarse directamente con las escuelas para preguntar sobre las oportunidades de voluntariado relacionadas con la política de bienestar.
- **Individuos:** Ponerse en contacto con los gobiernos estatales y locales sobre cómo participar en los esfuerzos de promoción de los programas de Comidas Escolares Gratuitas Universales y de otras leyes de salud y bienestar.
- **Socio afiliado de Educación Ambiental:** Ponerse en contacto con el Departamento de Currículo para preguntar sobre cómo proveer programas relacionados con el bienestar.
- **Institución de Educación Superior:** Ponerse en contacto con los departamentos escolares donde se pueda colocar a un pasante que aumente la capacidad del distrito de mantener los programas y los espacios físicos.
- **Organización Nacional y Local Asociada:** Comunicarse con el Departamento de Currículo para ofrecer desarrollo profesional y capacitación virtual o presencial a los miembros del personal del distrito.
- **Grupos de Planificación Regional:** Fomentar la inclusión de la Política



de Bienestar Escolar Local en los planes regionales de acción climática.

Resumen

Al explorar las amplias implicaciones de la Política de Bienestar Escolar Local y la dinámica de un comité de bienestar diverso, las partes interesadas del distrito escolar están mejor equipadas para

maximizar los beneficios netos, incluyendo los posibles efectos económicos, ambientales, de salud pública y de seguridad, los impactos distributivos y la equidad que beneficiará directamente a todos los estudiantes y a miembros del personal, lo cual, a su vez, llega a la comunidad en general. Las herramientas de políticas de bienestar en el próximo capítulo están diseñadas para inspirar conversaciones inclusivas, presentar oportunidades e impulsar la acción.

Red de Bienestar del Distrito Escolar	Comité Distrital de Bienestar	Subcomité de Redacción de las Políticas de Bienestar	Subcomité de Financiación Conjunta de Políticas de Bienestar	Grupos Estudiantiles
Estudiantes	X	X	X	X
Padres/Organizaciones de Maestros (padres y cuidadores)	X		X	
Servicios Distritales de Alimentación y Nutrición	X	X	X	
Supervisor Distrital de Bienestar o Sostenibilidad	X	X	X	
Servicios Estudiantiles	X	X		
Currículo del Distrito y Preparación para la Carrera Profesional	X	X	X	
Supervisor de Instalaciones y Mantenimiento del Distrito	X	X		
Educadores de Ciencias	X			X
Educadores de Educación Física	X			X
Especialistas en Intervención	X			
Consejeros Escolares	X			X
Enfermeras Escolares	X			
Miembros del Personal del Departamento de Salud	X	X	X	
Educadores de Jardinería	X			X
Directores de PreK-12	X	X		
Directores de PreK-12	X		X	
Funcionarios Electos de la Ciudad	X			
Socios de los Consejos Comunitarios	X		X	
Organizaciones Asociadas	X		X	X
Miembros del Personal de Comunicaciones del Distrito	X			
Socios Comerciales	X		X	
Redactor de la Concesión Distrital	X		X	

CAPITULO 4:

Herramientas de Redacción de la Política de Bienestar

Cómo usar las herramientas

El USDA permite flexibilidad en la personalización de una política escolar por

lo que las herramientas que presentamos a continuación están destinadas a ser utilizadas por el comité de bienestar de la forma como se considere conveniente para facilitar la colaboración de las partes. Las recomendaciones para la implementación se incluyen con cada herramienta.



HERRAMIENTA #1:

Escribir la Hoja de Trabajo de la Política de Bienestar Escolar Local

Esta hoja de trabajo tiene como objetivo proporcionar orientación durante el proceso de revisión, redacción, o actualización en la creación de una política de bienestar, y contiene más allá de los requisitos mínimos requeridos. Esta hoja de trabajo se puede usar de varias maneras, incluso, se puede sugerir que los miembros del comité de bienestar la usen como una herramienta de incorporación antes de la primera reunión, o se puede usar en formato de taller durante una reunión como grupo o en grupos de trabajo más pequeños. [Un ejemplo de formulario de política de bienestar](#) para redactar una política nueva y/o mejorada y la [guía para actualizar una política](#) también pueden ser útiles, dependiendo de lo que el comité esté trabajando. No hay una política de bienestar que se adapte de forma única a todos los distritos escolares. Sin embargo, estos dos ejemplos son una muestra de cómo podría verse una copia final, y también, de cómo compartirse con el público.

[Distrito de Escuelas Públicas de Providence](#)
[Distrito Escolar Independiente de Austin](#)

Redacción de la introducción de la política de bienestar

¿Cuáles son los beneficios para los estudiantes, el personal escolar y la comunidad, que se deben considerar al revisar, actualizar o crear una política de bienestar que refleje las prioridades del distrito? ¿Cómo se alinearán la política con las prioridades, metas, planificación estratégica y el plan de mejora continua del distrito? ¿Qué conjunto de normas estatales o nacionales se aplicarán a la política? A continuación, presentamos algunas áreas adicionales de interés que podrían incluirse:

- Rendimiento académico, resiliencia climática
- La asistencia promueve la participación de la comunidad
- Salud mental y habilidades sociales
- Equidad y acceso a alimentos locales nutritivos, orgánicos cuando estén disponibles

- La prevención de enfermedades apoya la economía local
- Seguridad nutricional
- Cuestiones medioambientales y de sostenibilidad
- Participación de la comunidad
- Otros beneficios específicos del distrito escolar

Introducción

Componentes de una política de bienestar del distrito

Los requisitos mínimos del USDA de una Política de Bienestar Escolar Local se describen en la regla final que se encuentra [aquí](#). Con base en el plan estratégico o de mejora continua del distrito escolar, ¿qué temas adicionales (esta no es una lista exhaustiva) deben considerarse para ayudar al distrito a cumplir sus metas? Un plan de implementación y quién lo implementará debe acompañar cada requisito.

- Desarrollo profesional
- Aprendizaje al aire libre y huertos escolares en todo el distrito
- Entorno físico saludable
- Aprendizaje socioemocional (SEL)
- Salud mental
- Tiempo frente a la pantalla
- Otras conductas de riesgo de los estudiantes
- Participación de la comunidad
- Más tiempo para las comidas escolares y para el recreo
- Desperdicio de alimentos y materiales
- Bienestar del personal
- Diversidad, Equidad, Inclusión y Justicia (DEIJ)
- Seguridad

Componentes

¿La política de bienestar incluirá una declaración sobre DEI? Si es así, ¿qué describirá con relación a los miembros del comité, del personal y de los estudiantes a los que servirá? Tenga en cuenta la

raza, la etnia, la identidad de género y las necesidades especiales de quienes imparten y reciben educación, incluido el personal del servicio de alimentos.

Plan de bienestar del personal del distrito

[Crear una cultura de bienestar](#) para los empleados de la escuela que esté alineada con el bienestar de los estudiantes permite a los miembros del personal modelar un comportamiento saludable mientras mejoran su propio bienestar mental y físico. Recopilar datos e información para determinar las necesidades de nutrición y actividad física de los miembros del personal escolar y evaluar la disponibilidad de actividades y recursos de bienestar para los empleados escolares existentes. La tarjeta de [puntuación del nivel de bienestar en el lugar de trabajo de los CDC](#) es una excelente manera de acceder al programa de bienestar de su escuela. Informe al personal sobre los programas de asistencia para el empleado con acceso a recursos, referencias y asesoramiento. Aquí tiene otras ideas:

- Reconozca las contribuciones y los logros del personal y celebre con otros las metas alcanzadas.
- Realice desafíos de ejercicios (p. ej., desafío de pasos, desafío de minutos de ejercicio).
- Encuentre y comparta recursos e información sobre el manejo del estrés y la salud mental.
- Incorpore descansos de actividad física durante el día escolar (se puede hacer junto con los estudiantes).
- Establezca descansos de meditación de conciencia plena para el personal y para los estudiantes durante el día escolar.
- Proporcione desarrollo profesional en habilidades socioemocionales, enfoques informados sobre
- El trauma (comprensión del impacto del trauma en el individuo) y resiliencia.

Diversidad, Equidad, Inclusión y Justicia

Plan de bienestar del personal del distrito

Evaluación- recopilación y uso compartido de datos

¿Si la política de bienestar se está actualizando o escribiendo desde cero, ¿cómo desarrollará el comité una mejor comprensión de las fortalezas del distrito, así como de las mejoras que se necesitan? Considere el uso de WellSAT 3,0 como herramienta para redactar la política una vez implementada, y para preparar la revisión administrativa y el informe trienal.

- La Evaluación Trienal debe

presentarse al USDA cada tres años. ¿En qué punto del ciclo se encuentra el distrito para presentar el informe?

- ¿Qué tipo de documentación, tanto cualitativa como cuantitativa, se puede recopilar?
- A lo largo del año, ¿cómo se reconocerán y como se pondrán a disposición del público las nuevas políticas? ¿Cómo se notificará al público cada año, utilizando un lenguaje cultural y lingüísticamente apropiado?

Evaluación

Servicios de alimentos y nutrición

Más allá de los requisitos mínimos establecidos por el USDA, las políticas adicionales relacionadas con los alimentos pueden alentar a los estudiantes a comer frutas y verduras mientras reducen o eliminan los alimentos ultra procesados. Considere la siguiente lista como un punto de partida para políticas o ideas adicionales relacionadas con los alimentos

que su comité podría implementar.

- Comidas culturalmente apropiadas
- Recaudación de fondos para alimentos
- Comercialización de alimentos y bebidas
- Manejo de alimentos ultra procesados

- Alimentos ecológicos
- Opciones vegetarianas y veganas
- Adquisición local de alimentos
- Reducción del desperdicio de alimentos
- Definición integrada del manejo de plagas alrededor de los huertos escolares
- Estigma de las comidas gratuitas/reducidas

[El programa Garden to School del USDA](#) puede ser un recurso útil para identificar cómo incorporar alimentos locales en el programa de comidas escolares. El programa Garden to School apoya a los agricultores y a los productores locales mientras aprovecha la economía regional. Tenga en cuenta productos locales como el pescado. Visite [One Fish Foundation](#) y sus recursos educativos [aquí](#).

Servicios de alimentos y nutrición

Educación sobre nutrición y productos comestibles

[El Proyecto Edible Schoolyard](#) contiene una gran cantidad de información para enseñar y para aprender a preparar alimentos nutritivos. Este recurso activará ideas para actividades de aprendizaje, basadas en estándares comunes, relacionadas con platos y

comidas culturalmente apropiados. La educación comestible se puede realizar en conjunto con Educadores de Ciencias del Consumidor Familiar y Ciencias Culinarias cuyo plan de estudios involucra seguridad alimentaria y habilidades con cuchillos.

- ¿De qué manera los huertos escolares o el plan para implementar un programa de huertos escolares en el distrito, proporcionarán oportunidades educativas sobre

alimentos y nutrición para los estudiantes?

- ¿Qué oportunidades de desarrollo profesional y opciones de currículo están disponibles para apoyar los huertos escolares, y cómo se integran las actividades en cada escuela? [Haga clic aquí](#) para leer más sobre Good and Clean Garden Curriculum (SFUSA por sus siglas en inglés)
- ¿Qué conexiones se pueden hacer entre los estudiantes que cultivan productos agrícolas en huertos y que consumen el mismo tipo de alimentos durante las comidas escolares? Consulte el kit de [herramientas de Garden to Cafe de Whole Kids Foundation](#) para hacer este tipo de conexiones.

- ¿Qué se necesita para mejorar la infraestructura de las cocinas escolares y de las cafeterías para disminuir la cantidad de alimentos ultra procesados y para aumentar la cocción de alimentos de forma natural?
- ¿Cómo se están promocionando los alimentos nutritivos mientras se minimiza o se elimina la comercialización de artículos como el helado y la pizza?
- ¿Cómo se podría minimizar el desperdicio de alimentos y de los artículos de un solo uso al permitir que los estudiantes tengan tiempo adicional para comer las comidas escolares, crear abonos y fertilizantes naturales con los restos de comida, y considerar la logística de materiales reutilizables o reciclables?

Mercadotecnia de alimentos nutritivos

Las grandes empresas de alimentos pueden, si el departamento de servicios de alimentos así lo permite, comercializar alimentos y bebidas en el campus escolar durante el día escolar, siempre que estos alimentos y bebidas cumplan con los estándares de alimentos competitivos. La comercialización de productos en la parte exterior de las máquinas expendedoras, a través de carteles, tableros de menús,

refrigeradores, botes de basura y otros equipos de servicio de alimentos, así como vasos utilizados para la dispensación de bebidas, están sujetos a los estándares LSWP. Según estos estándares, se requiere que los logotipos y productos comercializados en estas áreas y los artículos mismos, cumplan con los

estándares de alimentos competitivos para los alimentos vendidos en las escuelas.

- ¿Cuál es la diferencia entre alimentos saludables, alimentos nutritivos, alimentos procesados y alimentos ultra procesados?
- ¿Cómo se pueden promover las frutas y verduras a lo largo de la jornada escolar para educar y competir con otros artículos no saludables como helados, papas fritas y bebidas azucaradas?
- ¿Hay agua disponible en todas las áreas del edificio escolar y especialmente en la cafetería?
- ¿Cuáles son los beneficios de eliminar los artículos de mercadotecnia que incitan a los estudiantes a comprar los productos de una gran empresa de alimentos?

Educación sobre nutrición y productos comestibles

Mercadotecnia de alimentos nutritivos

Aula de clases en movimiento

Explore [las estrategias para la actividad física en el aula dentro de las escuelas](#) y los recursos [del Programa de Educación Física Spark](#) para que los estudiantes se levanten de sus asientos y se muevan durante todo el día escolar.

- ¿Qué cambios en los horarios escolares se pueden recomendar para acomodar más movimiento y ejercicio por parte del personal y de los estudiantes durante el día escolar?

cambios podrían ser necesarios para que los estudiantes no se apresuren a almorzar o no tengan suficiente hambre para comer una comida completa, y que simplemente coman una merienda pequeña?

- ¿Se han puesto en marcha medidas para acomodar a los estudiantes con necesidades especiales para garantizar la equidad y, si no es así, qué mejoras deben implementarse?

Aula de clases en movimiento

Aprendizaje al aire libre y educación ambiental K-12

[Children and Nature Network](#) apoya y moviliza a líderes, educadores, activistas, profesionales y padres de familia que trabajan en revertir la tendencia de una infancia en interiores, a los beneficios de una infancia en contacto con la naturaleza, para aumentar el acceso seguro y equitativo al mundo natural para todos.

- ¿Qué se necesita para proporcionar patios escolares verdes (aulas al aire libre, paisajes naturales, huertos escolares, educación agrícola) que

permitan que todos los estudiantes maximicen las oportunidades de aprendizaje al aire libre y obtengan los beneficios físicos y mentales asociados con estar al aire libre en un entorno natural?

- ¿Existen prácticas y equipos para fomentar el transporte activo para que los estudiantes y el personal caminen o viajen hacia y desde la escuela?
- ¿Tienen los estudiantes suficiente tiempo de recreo para socializar con otros estudiantes, y el horario del recreo los anima a aprovechar al máximo una comida completa? ¿Qué

Aprendizaje al aire libre y educación ambiental K-12

Instalación y mantenimiento de entornos saludables en el campus escolar

Los grandes beneficios del aprendizaje al aire libre listados por parte de la Red de Niños y Naturaleza se ilustran en los numerosos recursos disponibles [aquí](#). La evidencia es clara: pasar tiempo al aire libre, en la naturaleza, es esencial para el desarrollo saludable de los niños. Desde mejoras en el aprendizaje académico y socioemocional hasta el apoyo a la salud física y mental, los niños prosperan cuando tienen acceso frecuente a espacios, experiencias y aprendizaje al aire libre. Al incluir tanto la educación ambiental como la basada en la naturaleza, los

estudiantes alcanzan los estándares de aprendizaje educativo establecidos al tiempo que se convierten en guardianes de su entorno para contrarrestar problemas como el cambio climático. Obtenga más información sobre Comunidades Prósperas y el Desafío de Acción [aquí](#).

- ¿Todas las escuelas del distrito tienen un espacio seguro que se puede utilizar para acomodar a una cantidad de estudiantes para jugar y aprender al aire libre? De no ser así, ¿qué mejoras físicas se deben hacer para garantizar la equidad en todo el distrito?
- Identificar si hay productos químicos que se aplican dentro o fuera de la escuela, potencialmente

daños tanto para los estudiantes como para el personal. ¿Qué prácticas o productos alternativos se pueden utilizar para mitigar los riesgos para la salud? Eche un vistazo a Beyond Pesticides para informarse sobre [los peligros y las alternativas](#) al uso de pesticidas en las escuelas.

- ¿Qué prácticas se podrían implementar para probar, mejorar o reemplazar los sistemas de HVAC para disminuir la transmisión de enfermedades?
- ¿Cómo puede el distrito educar y

promover la preservación del medio ambiente y la reducción de daños y acumulación de basura en los campus escolares y los vecindarios circundantes?

- ¿Cómo pueden los distritos contribuir a resolver problemas ambientales como el cambio climático, al instalar marquesinas y/o infraestructuras de aguas pluviales a las instalaciones escolares?
- ¿La enseñanza y el aprendizaje abordan la justicia alimentaria y ambiental?

puede el departamento de currículo ofrecer un aprendizaje profesional que también satisfaga la certificación y recertificación de licencias de enseñanza?

Identificar los estándares de aprendizaje estatales o nacionales en las siguientes áreas de contenido que puedan alinearse con la política de bienestar del distrito:

- Ciencias
- Estudios sociales (la participación de los estudiantes como miembros del comité de bienestar podría estar relacionada con el trabajo escolar)
- Lectura, artes del lenguaje, inglés
- Alfabetización ambiental

- Lengua extranjera
- Arte, música, teatro
- Intervención
- Trayectorias profesionales, ciencia del consumidor familiar, educación agrícola, educación culinaria
- Educación física
- STEM, STEAM y aprendizaje basado en proyectos
- El niño en su totalidad
- Aprendizaje socioemocional
- Programación de tiempo después de la escuela, días de descanso y escuela de verano

Instalación y mantenimiento de entornos saludables en el campus escolar

Integración curricular y desarrollo profesional

¿Qué oportunidades de desarrollo profesional están disponibles

internamente, provenientes de socios comunitarios o de universidades, para proporcionar al personal las herramientas y los recursos necesarios para implementar la educación nutricional, el aprendizaje al aire libre y más? ¿Cómo

Integración curricular y desarrollo profesional

HERRAMIENTA #2:

Guía de Referencia para Escribir una Política de Bienestar Escolar Local

La guía de referencia se puede utilizar para motivar el debate, o como una lista de verificación para los miembros del comité de bienestar al considerar la redacción de un LSWP personalizado. Una vez personalizado, un distrito escolar puede usar este formato para compartir los componentes del LSWP con el público.



PORQUE ES IMPORTANTE UNA POLITICA DE BIENESTAR

- Seguridad nutricional y prevención de enfermedades
- Mejora la salud mental y las habilidades sociales
- Exito académico y mejora de la asistencia a clases
- Promueve la interacción de los estudiantes y de la comunidad
- Atención a asuntos ambientales y a desecho de alimentos
- Aumenta la equidad y el acceso a alimentos saludables

PASOS PARA ACTUALIZAR O ESCRIBIR UNA POLITICA DE BIENESTAR

- 1. Formar un comité de escritura diverso con representación de:**
 - Personal Escolar y Directores de Currículo
 - Personal de Servicios de Nutrición y Alimentos
 - Educadores de Salud y de Educación Física
 - Directores de Sostenibilidad y del Distrito de Bienestar
 - Estudiantes y Cuidadores
 - Miembros de la comunidad & Asociados
 - Coordinador del Huerto y de Farm to School
 - Enfermera/o Escolar y Departamento de Salud de la Ciudad
 - Administradores y Miembros de la Junta Directiva
- 2. Agregar contenido relevante a la política de bienestar de acuerdo con las metas del distrito:**
 - Educación Integrada y experimental sobre nutrición y alimentos
 - Desarrollo profesional y bienestar del personal
 - Programas Farm to School & compra de alimentos locales
 - Aprendizaje al aire libre en espacios naturales
 - Más tiempo para almorzar
 - Aprendizaje socio emocional
 - Reducción o eliminación de alimentos ultra procesados & mercadeo
 - Reducción de desperdicios de alimentos y materiales
 - Incluir a la comunidad & involucrar a los estudiantes
- 3. Implementar, Documentar & Evaluar la Política:**

Incluir lenguaje para:

 - Diversidad, Inclusión Equidad & Justicia
 - Afiliaciones
 - Recursos financieros
 - Medición de resultados
- 4. Compartir y Celebrar el Impacto con el Distrito Escolar y en la Comunidad:**
 - Considerar el uso de espacios compartidos
 - Implementar eventos para el bienestar de la comunidad
 - Compartir el impacto con los funcionarios electos

Para más información & recursos, consulte el kit de herramientas de políticas escolares locales de Slow Food USA & Whole Kids

HERRAMIENTA #3:

Guía para Escribir los Estatutos de la Política de Bienestar

Debido a que las políticas de bienestar son el principal impulsor del cambio generalizado para mejorar las disparidades sistémicas, estas deben redactarse bajo el entendimiento de que las mejoras son graduales y llevan tiempo. Al elaborar la política, tenga en cuenta estos supuestos y preguntas:

- Suponga que los distritos escolares, así como los operarios de los servicios de alimentos, tienen poco personal, están agobiados por las responsabilidades, están tratando de hacer mejoras y están equilibrando las necesidades inmediatas de los estudiantes, las familias y las

administraciones en momentos inesperados.

- Apóyese en estrategias basadas en evidencia para implementar políticas de mejoras necesarias, tales como, aumentar el consumo de granos, frutas, verduras y legumbres, al tiempo que se disminuye el desperdicio de alimentos.
- En lugar de agregar más tiempo y trabajo, pregunte qué se puede eliminar o que se puede reasignar para implementar una política de manera efectiva.
- Utilice opciones de lenguaje cultural acorde con el lugar donde se encuentra.
- ¿Quién será responsable de implementar la política?

- ¿Qué organizaciones asociadas están bien posicionadas para implementar la política si el personal interno no puede hacerlo?
- ¿Qué organizaciones asociadas pueden tener fondos para apoyar ciertas políticas? Tal vez saber esto antes de escribir la política eliminará algunos pasos y ahorrará tiempo.
- ¿Cómo se implementará y cuál es el beneficio o resultado positivo (aumentar la participación en las comidas escolares, reducir los factores de riesgo de los jóvenes, etc.)?
- ¿Es necesario establecer un marco de tiempo con la póliza (mínimo de 20 minutos cada semana, después del almuerzo, al final del año escolar)?

¿Cómo debería redactarse la política de bienestar para no señalar a una entidad como la responsable de un cambio a gran escala y para que se tenga en cuenta todo lo anterior? La declaración se puede estructurar de manera que comunique la acción y la forma como esta se logrará sin tener que usar las palabras “debe” o “debería” Encuentre un equilibrio en el lenguaje utilizado. Términos como sugiere, recomienda, anima pueden tener el efecto contrario, dando como resultado una total falta de acción. El lenguaje apropiado para una Política de Bienestar Escolar Local se puede encontrar [aquí](#).

El comité de LSWP puede usar los ejemplos presentados a continuación para redactar unas políticas que satisfagan las necesidades únicas de la agencia de educación o del distrito escolar. El comité debe también considerar la posibilidad de escribir frases utilizando la estructura de “objetivos de aprendizaje” (al igual que los educadores lo hacen como

práctica común todos los días escolares) para incluir quién, cómo, qué y cuándo. Considere también agregar los beneficios de implementación de una política de bienestar para que la redacción tenga más fuerza. El Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades proporciona esta herramienta sobre cómo redactar los [objetivos de SMARTIE](#) para abordar desigualdades evitables.

Currículo

- Todos los estudiantes de 6° grado reciben durante sus clases, educación nutricional relacionada con la salud, a través de una asociación con el Departamento de Salud de la ciudad o del condado. Esta educación es interactiva y enseña las habilidades que se necesitan para adoptar comportamientos alimenticios saludables mientras se aprenden los beneficios de consumir alimentos nutritivos.

Medios de comunicación y mercadeo

- Para evitar mensajes contradictorios, la comercialización de alimentos y refrescos de baja nutrición que no son consistentes con los programas de educación nutricional del distrito no se utilizan en el entorno escolar. La cafetería promueve mensajes visuales y herramientas de Mercadeo que representan el programa de educación nutricional que se enseña en el aula.

Educación nutricional

- Los estudiantes de los grados K-5 reciben educación nutricional un

mínimo de 20 minutos por semana durante los cuales se les enseñan las habilidades necesarias para adoptar comportamientos alimenticios saludables utilizando el [Servicio de Alimentos y Nutrición del USDA, Serving Up MyPlate: A Yummy Curriculum](#)

- Se proporcionará educación a los padres la cual incluirá: folletos con listas de refrigerios saludables, información sobre el servicio de transporte para aumentar el acceso a comestibles saludables y mercados de agricultores, publicaciones en sitios web, artículos en boletines escolares y del distrito, presentaciones ofrecidas en cooperación con organizaciones comunitarias.
- El aprendizaje basado en la huerta, está integrado en el K-12 y este a su vez está alineado con [los Estándares de Ciencias de la Próxima Generación](#) para permitir que los estudiantes establezcan conexiones entre lo que cultivan y lo que consumen durante las comidas escolares y con la programación proporcionada por socios agrícolas como [los servicios de extensión del condado](#). El departamento de servicio de alimentos intenta adquirir alimentos producidos localmente que se asemejen a los que los estudiantes cultivan en la huerta escolar.

Guías nutricionales

- En un intento por adquirir más alimentos locales y por apoyar la economía local, el programa [Sea to School](#) se implementará con el apoyo de una organización asociada como Cape Ann Fresh Catch, para

asegurarse de que son el mismo tipo de alimentos que los estudiantes pudieran estar consumiendo en casa.

- Ni las escuelas ni el distrito firmarán contratos de exclusividad con compañías de refrescos, comida rápida o refrigerios.
- Las operaciones del servicio de alimentos deben hacer todo lo posible por eliminar cualquier estigma social asociado con las comidas gratuitas o a precio reducido y para evitar la identificación abierta de los estudiantes que son elegibles para recibirlas.
- Las operaciones de servicio de alimentos deben hacer todo lo posible por eliminar o reducir los aditivos y colorantes alimentarios, que se ha demostrado afectan las habilidades cognitivas de los estudiantes para lograr un mejor rendimiento académico.

Habilidades físicas

- La instrucción en Salud y Educación Física tendrá un promedio de al menos 20 minutos en cada día escolar, o 100 minutos a la semana. El recreo, el juego al aire libre y las actividades extracurriculares no se cuentan como tiempo de clase de educación física. La clase de educación física no será retenida ni utilizada como castigo.
- El distrito fomentará las actividades de recaudación de fondos que promuevan la actividad física y pondrá a disposición de las organizaciones de padres y maestros, de maestros y de las organizaciones comunitarias

una lista de actividades de recaudación de fondos que promuevan el bienestar físico.

- Los esfuerzos de acondicionamiento físico promovidos por el coordinador de salud escolar y por el personal de enfermería deberán estar respaldados por el compromiso de todo el distrito con dichos esfuerzos y deberán reflejarse en el presupuesto en la medida de lo posible.

Instalaciones del distrito escolar

- Los terrenos, instalaciones, y equipos para la actividad física deben ser sostenibles, seguros, y disponibles para que los estudiantes y el personal estén activos. Los patios escolares cuidadosamente diseñados y los espacios escolares

al aire libre tienen el potencial de ser extensiones vibrantes del entorno de aprendizaje, llenas de oportunidades atractivas para la actividad física, el aprendizaje al aire libre, y la conexión con la naturaleza.

- De acuerdo con un convenio de uso conjunto, los espacios e instalaciones escolares deben estar disponibles fuera del día escolar, con la debida aprobación de los funcionarios escolares, para los estudiantes, el personal y los miembros de la comunidad, así como para las agencias y organizaciones comunitarias que ofrecen programas de actividad física. Las políticas escolares relativas a la seguridad se aplicarán en todo momento.

HERRAMIENTA #4:

Política de Bienestar de las Escuelas Locales para Programas de Aprendizaje Basados en las Huertas

Suposiciones

Los miembros de la Red de Huertos Escolares de Slow Food USA, como Partners for Education and Sustainability (PEAS por sus siglas en inglés) y Grow Garden Grow, son programas de todo el distrito escolar que están integrados al sistema de la cultura escolar, enseñando a los estudiantes mucho más que a cultivar alimentos, al tiempo que ofrecen apoyo a los maestros en el desarrollo profesional del aprendizaje al aire libre. Los huertos escolares, y aquellos que coordinan y educan desde el huerto, cuando están representados en la Política de Bienestar Escolar Local y como miembros del comité de bienestar, aumentan la conciencia, las oportunidades de financiación, y la sostenibilidad del programa.

Roles + Estrategias

Somos Tejedores

Colaborando, integrando y alineando el currículo

Somos Constructores

Fuerza laboral verde y desarrollo de habilidades sociales y emocionales

Somos Contadores de Historias

Cultivando y consumiendo alimentos culturalmente apropiados, buenos, limpios y justos

Somos Disruptores

Incorporando la acción ambiental, climática y social

[Ejemplo de política de bienestar para huertos escolares](#)

[Ejemplo del lenguaje de las políticas de huertos escolares](#)

Para obtener información sobre el kit de herramientas de bienestar, comuníquese con Cynthia Walters en cynthia@greenumbrella.org

BIBLIOGRAFÍA

Las referencias se enumeran por orden de aparición en el texto de los capítulos anteriores.

Capítulo 1

1. Revista de Educación Nutricional y Comportamiento. (s.f.). Obtenido de <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2010.12.001>

2. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (s.f.) Obtenido de <https://www.cdc.gov/healthyschools/nutrition/wellness.htm>

3. Ningún niño con hambre. (s.f.). Obtenido de <https://www.nokidhungry.org/>
<https://www.nokidhungry.org/>

4. Foodcorps. (s.f.). Obtenido de <https://foodcorps.org/>

5. Foodcorps. (s.f.). Justicia en la alimentación escolar: 3 razones por las que las comidas son un problema. Obtenido de <https://foodcorps.org/blog-justice-school-food-meals-issue-3-reasons-why/>

6. Semana de la Educación. (s.f.). Obtenido de <https://www.edweek.org/leadership/the-surprising-connection-between-universal-school-meals-and-student-discipline/2024/04>

7. Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. y Departamento de Agricultura de EE. UU. (2020). Pautas dietéticas para los estadounidenses, 2020-2025. Obtenido de <https://www.dietaryguidelines.gov/resources/2020-2025-dietary-guidelines-online-materials>

8. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (2023). Prevalencia del asma en los Estados Unidos, 2023. Obtenido de <https://www.cdc.gov/asthma/Asthma-Prevalence-US-2023-508.pdf>

9. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (s.f.). Sistema de vigilancia de conductas de riesgo juveniles. Obtenido de <https://www.cdc.gov/healthyouth/data/yrbs/index.htm>

10. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (s.f.). Modelo de toda escuela, toda comunidad, todo niño (WSCC). obtenido de https://www.cdc.gov/whole-school-community-child/about/?CDC_AAref_Val=https://www.cdc.gov/healthyschools/wscs/index.htm

11. Foro Mundial de Escuelas. (s.f.) Libro de juegos sobre diversidad, equidad, inclusión y justicia (DEIJ) 2022. Obtenido de [deij_playbook_compressed.pdf](https://globalschoolsforum.org/deij_playbook_compressed.pdf)

12. Paraguas verde. (s.f.). Red de acción de patios escolares verdes. Obtenido de <https://greenumbrella.org/green-schoolyards-action-network/>

13. Ciudad de Cincinnati. (2023). Plan Cincinnati Verde. Obtenido de <https://www.cincinnati-oh.gov/oes/climate/climate-protection-green-cincinnati-plan/>

14. Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. (s.f.). Oficinas regionales de la FNS. Obtenido de <https://www.fns.usda.gov/fns-regional-offices#mwro>

15. Asociación de Nutrición Escolar. (s.f.) Obtenido de <https://schoolnutrition.org/resource/2024-school-nutrition-trends-report/>

16. Revisar el trabajo existente de NFSN para promover comidas escolares alineadas con valores. (s.f.). [Documentos de Google]. Obtenido de https://docs.google.com/document/d/1BNPfmQl7B7pxTo6qqKJTeIuxtKwpRFQAPR_p7CZOUFM/edit

17. Foro de Impacto Colectivo. (s.f.). Obtenido de <https://collectiveimpactforum.org/>
18. Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. (s.f.). Acerca del USDA. Obtenido de <https://www.usda.gov/our-agency/about-usda>
19. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (s.f.). Sobre escuelas saludables. Obtenido de <https://www.cdc.gov/healthyschools/about.htm>
20. Servicio de Investigación del Congreso. (2023). Programa Nacional de Almuerzos Escolares: Antecedentes y financiamiento. Obtenido de <https://crsreports.congress.gov/product/pdf/IF/IF10266>
21. Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. (2014). El USDA anuncia flexibilidad para que las escuelas cumplan con los nuevos estándares de nutrición. Obtenido de <https://www.usda.gov/media/press-releases/2014/05/20/usda-announces-school-meal-flexibility-upcoming-school-year>
22. Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. (s.f.). Programa Nacional de Almuerzos Escolares (NSLP). Obtenido de <https://www.fns.usda.gov/nslp>
23. Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. (s.f.). Programa de desayunos escolares (SBP). Obtenido de <https://www.fns.usda.gov/sbp/school-breakfast-program>
24. Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. (s.f.). Normas de nutrición para las comidas escolares. Obtenido de <https://www.fns.usda.gov/school-meals/nutrition-standards>
25. Barras de ensaladas en las escuelas. (s.f.). Obtenido de <https://www.saladbars2schools.org/>
26. Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. (2015). Guía actualizada de oferta vs. servicio para NSLP y SBP. Obtenido de <https://www.fns.usda.gov/>

[cn/updated-offer-vs-serve-guidance-nslp-and-sbp-beginning-sy2015-16](https://www.fns.usda.gov/cn/updated-offer-vs-serve-guidance-nslp-and-sbp-beginning-sy2015-16)

27. Asociación de Nutrición Escolar. (2024). Hoja informativa sobre alimentos competitivos. Obtenido de <https://schoolnutrition.org/wp-content/uploads/2024/05/Competitive-Foods-Fact-Sheet.pdf>
28. Sociedad Ecológica de América. (s.f.). Recursos de diversidad, equidad, inclusión y justicia. Obtenido de <https://www.esa.org/about/diversity-in-ecology/deij-resources/>

Capítulo 2

1. Alianza para una Generación Más Saludable. (s.f.). Modelo de política de bienestar. Obtenido de <https://www.doe.k12.de.us/cms/lib/DE01922744/Centricity/Domain/149/Alliance-ModelWellnessPolicy.pdf>
2. Distrito Escolar del Área de Oil City. (2021). Evaluación trienal del bienestar 2020. Obtenido de <https://www.ocasd.org/wp-content/uploads/2021/06/Wellness-Triennial-Assessment-2020-1.pdf>
3. She Geeks Out. (s.f.). 3 pasos para formar un comité directivo de DEI eficaz. Obtenido de <https://www.shegeeksout.com/articles/3-steps-to-forming-an-effective-dei-steering-committee/>
4. Foro de Impacto Colectivo. (s.f.). Recursos. Obtenido de <https://collectiveimpactforum.org/resources/>
5. Alianza para una Generación Más Saludable. (s.f.). Lista de verificación de comunicación: Generar apoyo y celebrar el éxito. Obtenido de <https://www.healthiergeneration.org/sites/default/files/documents/20180209/a73e193f/AHG-Communication-Checklist--Building-Support-and-Celebrating-Success.pdf>
6. Planilla de invitación y divulgación del Comité de Bienestar del Distrito. (s.f.). <https://docs.google.com/document/d/17>

[FmbFPOIVDm0fLAPNvoltage53Mppu6KwU42zDvEqiNII/edit](https://www.fns.usda.gov/cn/fr-072916c)

Capítulo 3

1. Departamento de Agricultura y Servicios al Consumidor de Florida. (s.f.). Kit de herramientas del comité de bienestar escolar. Obtenido de https://ccmedia.fdacs.gov/content/download/89119/file/School_Wellness_Committee_Toolkit.pdf
2. Herramienta de evaluación de políticas de bienestar y planilla de informe. (s.f.). [Planilla de documento]. Recuperado de <https://www.ocasd.org/wp-content/uploads/2021/06/Wellness-Triennial-Assessment-2020-1.pdf>

Capítulo 4

1. Alianza para una Generación Más Saludable. (s.f.). Modelo de política de bienestar. Obtenido de <https://cms2.revize.com/revize/steelecountynew/Alliance%20for%20Healthier%20Generations%20Model%20Wellness%20Policy.pdf>
2. Documento de orientación sobre la Política de Bienestar de la Escuela Local para actualizar la política de bienestar. (s.f.). [Documentos de Google]. Obtenido de <https://docs.google.com/document/d/1Xi4tYkMsBNuI2YGOB6rH0iwWPUerhaF/edit#heading=h.gjdgxs>
3. Distrito Escolar Independiente de Austin. (s.f.). Política de Bienestar e ideas saludables de AISD. Obtenido de https://www.austinisd.org/sites/default/files/dept/student-health/docs/AISD%20Wellness_Policy_%26_Healthy_Ideas_ENG.pdf
4. Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. (2016). Implementación de la Política de Bienestar Escolar Local bajo la Ley de Niños Saludables y Sin Hambre de 2010. Obtenido de <https://www.fns.usda.gov/cn/fr-072916c>

5. Centro de Políticas Alimentarias de la Ciudad de Nueva York. (s.f.). Estados con comidas escolares gratuitas universales: Actualización. Obtenido de <https://www.nycfoodpolicy.org/states-with-universal-free-school-meals-so-far-update/>
6. Sociedad para la Educación en Salud Pública. (s.f.). Bienestar de los empleados escolares: Creando una cultura. Obtenido de <https://elearn.sophe.org/school-employee-wellness-creating-a-culture>
7. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (s.f.). Cuadro de mandatos de salud en el lugar de trabajo de los CDC. Obtenido de <https://www.cdc.gov/workplacehealthpromotion/initiatives/healthscorecard/index.html>
8. WellSAT. (s.f.). Copia impresa de WellSAT. Obtenido de <https://www.wellsat.org/upload/docs/WellSAT%20Hardcopy.pdf>
9. Red Nacional de la Granja a la Escuela. (s.f.). De la granja a la escuela. Obtenido de <https://www.farmtoschool.org/>
10. Proyecto de patio escolar comestible. (s.f.). Obtenido de <https://edibleschoolyard.org/>
11. Slow Food Estados Unidos. (s.f.). Huertos escolares. Obtenido de <https://slowfoodusa.org/school-gardens/>
12. Fundación Whole Kids. (s.f.). Kit de herramientas del jardín a la cafetería. Recuperado de <https://www.wholekidsfoundation.org/garden-to-cafeteria-toolkit/>
13. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (s.f.). Estrategias de actividad física en el aula. Obtenido de <https://www.thewalkingclassroom.org/>
14. The Walking Classroom. <https://www.thewalkingclassroom.org/>
15. Red Niños y Naturaleza. (s.f.). Centro de recursos. Obtenido de <https://www.childrenandnature.org>

APENDICE

Data agregada sobre recursos para crear una política de bienestar

En ocasiones, el desafío de elaborar una política de bienestar es perderse en un mar de datos y es determinar si los estudios son válidos y si están relacionados con todos los aspectos de la salud, el bienestar, la alimentación y el medio ambiente. El Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades y las Guías Alimentarias para los Estados Unidos pueden considerarse como una tienda única para evaluar si las encuestas, los índices, y los resultados, son una información que se debe incorporar en una política de bienestar.

[El Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades](#)

Las historias sobre los distritos escolares que toman medidas se ilustran en [Poner en acción las Políticas de Bienestar Escolar Local](#) y estos recursos ayudarán a un comité de bienestar a identificar los problemas que se deben abordar en la política de bienestar y que prevalecen dentro de la comunidad escolar:

- [Datos y estadísticas sobre obesidad](#)
- [Salud Adolescente y Escolar](#)
- [Conductas de riesgo Salud Mental](#)
- [Disparidades en la salud](#)
- Evaluar la salud y el bienestar del personal y los estudiantes del distrito escolar
- [Índice de Salud Escolar](#)

[Las Pautas Alimentarias para los Estados Unidos](#) brindan consejos sobre qué comer y beber para satisfacer las necesidades

nutritivas, promover la salud, y ayudar a prevenir enfermedades crónicas. Esta edición de las Guías Alimentarias es la primera en proporcionar orientación sobre patrones dietéticos saludables por etapa de la vida, desde el nacimiento hasta la adultez mayor.

Data adicional para respaldar la implementación de una Política de Bienestar Escolar Local

- Resultados indican que las proporciones más altas de escuelas de alta pobreza, mayoritariamente negras e hispanas tenían políticas de bienestar escolar y de bienestar de SFA. Las investigaciones muestran que tener una política de bienestar escolar además de una política del distrito mejora las prácticas escolares y reduce las barreras para lograr los objetivos de la política de bienestar con el tiempo [55], lo que proporciona más evidencia de que las escuelas de alta pobreza, mayoritariamente negras e hispanas tenían entornos alimentarios escolares más saludables que otros tipos de escuelas. Bardin S, Washburn L, Gearan E. Disparidades en la salubridad de los entornos alimentarios escolares y en la calidad nutricional de los almuerzos escolares. *Nutrients*. 8 de agosto de 2020; 12(8):2375. doi: 10.3390/nu12082375. PMID: 32784416; PMCID: PMC7468741.
- Una revisión de la literatura de 33 artículos revisados por colegas de la misma especialidad, (incluidos

seis estudios que utilizan otros estudios grandes y representativos a nivel nacional) encuentra cada vez más evidencia que apoya la idea de que las políticas de las escuelas sobre alimentos, bebidas y actividad física están correlacionadas con las calorías consumidas y gastadas por los niños en edad escolar, e incluso con los índices de su masa corporal.

- Los distritos con un rendimiento académico más sólido tenían metas de política de bienestar general más integrales y metas más sólidas en educación nutricional y otras actividades escolares. Lyn R, O’Meara S, Hepburn VA, Potter A. Evaluación estatal de las políticas locales de bienestar en Georgia: un examen del cumplimiento de las políticas, la solidez de las políticas y los factores asociados. *J Nutr Educ Behav*. 2012 noviembre-diciembre; 44(6):513-20. doi: 10.1016/j.jneb.2010.12.001. Epub 26 de julio de 2011. PMID: 21795119.
- Los adolescentes de los Estados con leyes estrictas del programa Garden to School tenían una mayor ingesta de fruta entera W1, y una más baja de refrescos y refrigerios que los de los Estados sin leyes. Las leyes estrictas sobre las comidas escolares se asociaron con una menor ingesta de refrescos W1. Los adolescentes de los Estados con leyes alimentarias competitivas fuertes tenían una menor ingesta de refrescos y probabilidades de sobrepeso/obesidad que los de los Estados sin leyes en W3. Las leyes estrictas de la Granja a la Escuela se asociaron inversamente con las probabilidades de sobrepeso/obesidad W3 solo en los Estados con leyes alimentarias fuertes y

competitivas. Sanjeevi N, Lipsky LM, Nansel TR, Haynie D, Liu A, Simons- Morton B. Las leyes estatales de nutrición más estrictas se asocian con comportamientos alimentarios más saludables y un estado de peso óptimo en los adolescentes estadounidenses. *Am J Health Promot.* Noviembre de 2020; 34(8):857-866. DOI: 10.1177/0890117120902346. Epub 10 de febrero de 2020. PMID: 32036683; PMCID: PMC9530457.

Recursos del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA por sus siglas en inglés)

El Servicio de Alimentos y Nutrición del USDA proporciona una ventanilla única para una conexión directa con la agencia federal que compuso la Implementación de la Política de Bienestar Escolar Local bajo la Ley de Niños Saludables y Sin Hambre de la última reglamentación de 2010. Esta página de recursos proporcionará a los distritos escolares y a las partes interesadas, información precisa sobre todos los aspectos del establecimiento de un comité de bienestar, sobre como redactar una política de bienestar y sobre la financiación.

- Última reglamentación del USDA sobre los requisitos de la Política de Bienestar Escolar Local.
- [Políticas locales de bienestar alimentario](#)
- [Proceso local: cómo desarrollar, implementar y evaluar una política de bienestar](#)

- [Herramienta de divulgación de la política de bienestar local](#)
- [Team Nutrition](#) es una iniciativa del Servicio de Alimentos y Nutrición del USDA para apoyar los programas de nutrición infantil a través de la capacitación y de la asistencia técnica para el servicio de alimentos, la educación nutricional para los niños y sus cuidadores, y el apoyo escolar y comunitario a la alimentación saludable y a la actividad física.
- From Garden to School
- Los subsidios del USDA están disponibles para financiar la mejora de la infraestructura de la cafetería, para apoyar la cocina desde cero, los huertos escolares, y la educación nutricional.
- [Subsidio financiero para el programa De la Granja a la Escuela del USDA](#)
- [Incentivos de comidas saludables para las autoridades de alimentación escolar pequeñas o rurales](#)
- [Proceso de revisión administrativa](#)

Recursos de la política de reautorización de nutrición infantil

Manténgase actualizado sobre las políticas estatales y federales que afectan la nutrición infantil:

- [Una visión general de la Reautorización de Nutrición Infantil \(CNR\)](#)
- [Actualizaciones de los Estándares de Nutrición Escolar](#)

- [Última Reglamentación-Programas de Nutrición Infantil: Patrones de Comidas Consistentes con las Pautas Dietéticas 2020-2025 para los Estadounidenses](#)- Esta reglamentación introduce gradualmente los límites de azúcares añadidos permitidos en los programas de almuerzos y desayunos escolares y en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos, y actualiza los límites de azúcares totales en los cereales para el desayuno y el yogur, a los límites de azúcares añadidos. Esta reglamentación aborda una variedad de otros requisitos de comidas escolares, incluido el establecimiento de requisitos de leche y granos integrales a largo plazo. Por último, esta norma incluye disposiciones que refuerzan los requisitos de Buy American. Si bien esta reglamentación entra en vigor en el año escolar 2024-25, el Departamento está introduciendo gradualmente los

cambios necesarios. Los operadores del programa no están obligados a realizar ningún cambio en sus menús como resultado de esta reglamentación hasta el año escolar 2025-26.

- Vigilancia Legislativa:
 - [Ley del Programa Universal de Comidas Escolares del 2023](#)
 - [Estados que han aprobado las Comidas Escolares Gratuitas Universales hastaahora \(2024\)](#)

Reconocimientos

Mi gratitud a los internos, voluntarios y miembros de Slow Food USA que han escuchado, creído y trabajado diligentemente en el desarrollo de este kit de herramientas. Agradezco a Leora Apfelbaum, Cindy Zheng, Olivia Haase, Stephanie Pocchia y, especialmente, a Erin Kelly y Brian Solem por su dedicación y perseverancia.

Editora: Cyndi Fecher Layman
Diseñador: Ashley Brown

