

# Manual de la Política de las Escuelas Públicas de Chicago

**Título:** POLÍTICA LOCAL DE SALUD ESCOLAR DIRIGIDA A LA NUTRICIÓN Y ACTIVIDADES FÍSICAS EN LAS ESCUELAS

**Sección:** 704.7

**Reporte de la Junta:** 06-0823-PO4

**Fecha de adopción:** 23 de agosto de 2006

## Política:

### EL DIRECTOR EJECUTIVO RECOMIENDA:

Que la Junta de Educación para la Ciudad de Chicago (la "Junta") adopte una nueva Política Local de Salud Escolar Dirigida a la Nutrición y Actividades Físicas en las Escuelas.

### DECLARACIÓN DE INTENCIONES:

La Junta reconoce la relación que existe entre logro académico y el acceso a programas y servicios de calidad comprobados sobre nutrición, promoción de salud y prevención de enfermedades. Por consiguiente, esta política refleja el compromiso de la Junta de enfrentar las barreras del aprendizaje a través de la promoción de la salud y actividades de prevención de enfermedades. Estas actividades están diseñadas para mejorar la calidad de vida de los alumnos que asisten a las Escuelas Públicas de Chicago ("CPS") y para disminuir las disparidades en la salud dentro del distrito y a través de la coordinación de programas y servicios de salud escolar.

De acuerdo con los requisitos para establecer una política de salud conforme a la Ley de Nutrición Infantil y Nueva Autorización WIC de 2004, 42 U.S.C. § 1751 y el Código de Escuelas de Illinois, 105 ILCS 5/2-3.137, esta política expresamente refleja el compromiso de la Junta de proveer a los alumnos de un ambiente escolar que apoye y promueva la salud, la buena nutrición y un estilo de vida activo a través de la inclusión de objetivos para la educación de la nutrición, pautas de nutrición para todos los alimentos disponibles en el plantel escolar, actividades físicas, y otras actividades escolares diseñadas para promover la salud y reducir la obesidad. Además, se exhortará al personal escolar a adoptar un modelo de alimentos sanos y actividades físicas como parte valiosa de la vida diaria.

### TEXTO DE LA POLÍTICA:

#### I. DEFINICIONES

**Nutrición:** La nutrición implica comida sana, la cual tiene que ver con la reducción de riesgos de muchas enfermedades, incluyendo las tres causas principales de deficiencias cardíacas mortales, cáncer, y derrames cerebrales y es importante para que los niños y adolescentes tengan un crecimiento y desarrollo apropiados y puedan prevenir la obesidad, caries dentales, anemia por deficiencia de hierro, y otros problemas de salud.

**Educación sobre nutrición:** La educación de la nutrición es un plan de estudios planificado y secuencial para la primaria y la secundaria o un programa de educación suplementario dirigido a las dimensiones físicas, mentales, emocionales, y

sociales de la salud relacionada con la nutrición. El plan de estudios está diseñado para motivar y asistir a los alumnos en el mantenimiento y mejoría de su salud, prevenir la enfermedad, y reducir comportamientos de riesgo relacionados con la salud. Esto permite que los alumnos desarrollen y demuestren conocimientos, actitudes, habilidades, y prácticas relacionados con la salud cada vez más sofisticados.

**Actividad física:** La actividad física es el movimiento que reduce el riesgo de mortalidad prematura en general y de cardiopatía isquémica, hipertensión, cáncer de colon, y diabetes mellitus en particular. La actividad física regular durante la infancia y la adolescencia mejora la fortaleza y resistencia, ayuda a crear huesos y músculos sanos, ayuda a controlar el peso, reduce la ansiedad y la tensión, aumenta la autoestima, y puede mejorar los niveles de colesterol y la presión sanguínea. Comúnmente se recomiendan dos niveles de actividad física, que incluyen la "Moderada" y la "Vigorosa".

**Moderada:** Actividades de movimiento durante  $\geq 30$  minutos que no hacen que los participantes transpiren y respiren con fuerza.

**Vigorosa:** Actividades de movimiento durante  $\geq 20$  minutos que sí hacen que los participantes transpiren y respiren con fuerza.

**Educación física:** La educación física es un plan de estudios (para primaria y secundaria) planificado y secuencial, que proporciona contenido cognoscitivo y experiencias de aprendizaje en una variedad de áreas de actividad, como habilidades básicas de movimiento; buena condición física; ritmo y baile; juegos; deportes en equipo, en dobles e individuales; movimientos acrobáticos y gimnasia; y deportes acuáticos.

## **II. ALCANCE DE LA POLÍTICA**

Todas las CPS harán un esfuerzo razonable por cubrir los objetivos para la educación de la nutrición, seguir las pautas de nutrición de todos los alimentos disponibles en el plantel escolar y propiciar las actividades físicas, así como otras actividades escolares diseñadas para promover la buena salud y reducir la obesidad mediante la oferta de programas a los alumnos. Sin embargo, a ningún alumno cuyos padres o tutores presenten una objeción escrita oportuna en cuanto a su participación en alguna programación se le exigirá participar en tal programación o será suspendido o expulsado por rehusarse a participar en cualquiera de dichos programas. A cualquier otro alumno que no presente una objeción escrita en cuanto a su participación, se le exigirá que participe en la programación de las CPS.

## **III. PROGRAMACIÓN LOCAL DE SALUD ESCOLAR**

### **A. Educación sobre nutrición**

#### **1. Plan de estudios de la educación sobre nutrición:**

##### **a. Escuelas primarias.**

Las CPS, a través de su Unidad de Salud Escolar Coordinada, medirá el grado en el cual las escuelas primarias utilizan el plan de estudios comprobado de educación sobre nutrición.

(1) Con el tiempo se desarrollará una norma de referencia

para permitir la medición del crecimiento del número de escuelas primarias que utilizan el plan de estudios comprobado de educación sobre nutrición.

- (2) El director o la persona encargada supervisarán el uso de dicho plan de estudios en las escuelas primarias y diseñarán la programación con el objetivo de aumentar el número de escuelas primarias que utilizan un plan de estudios comprobado de educación sobre nutrición.

b. Escuelas secundarias

Las CPS, a través de su Unidad de Salud Escolar Coordinada, medirá el grado en el cual las escuelas primarias utilizan el plan de estudios comprobado de educación sobre nutrición en línea con los Estándares Nacionales de Educación Sobre la Salud y con los Estándares de Aprendizaje de Illinois para el Desarrollo Físico y la Salud.

- (1) Con el tiempo se desarrollará una norma de referencia para permitir la medición del crecimiento del número de escuelas secundarias que utilizan un plan de estudios comprobado de educación sobre nutrición correctamente alineado.
- (2) Las CPS supervisarán el uso de dicho plan de estudios en las escuelas secundarias y diseñarán la programación con el objetivo de aumentar el número de escuelas secundarias que utilizan un plan de estudios comprobado de educación sobre nutrición correctamente alineado.

2. Todas las CPS harán un esfuerzo razonable dirigido a los siguientes objetivos específicos para la educación sobre nutrición:

- a. Aumentar el número de escuelas que impartan instrucción de acuerdo con las "Pautas Alimenticias para los Americanos" y el plan más actual "Mi Pirámide" del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA).
- b. Aumentar el número de escuelas que implementan la instrucción con recursos proporcionados por el Equipo de Nutrición del USDA u otras fuentes federales.
- c. Aumentar el número de programas comprobados de educación sobre nutrición que complementen los planes de estudios disponibles para las escuelas.
- d. Optimizar el tiempo de aula integrando la educación sobre nutrición en los planes de lecciones de otras materias escolares, incluyendo matemáticas, ciencias, lengua y literatura, educación física, salud, ciencias de la familia y del consumidor, y ciencias sociales.
- e. Proporcionar cada año un mínimo de cincuenta horas de contacto de educación sobre nutrición y actividades de educación sobre nutrición a alumnos. Las horas de contacto pueden incluir una combinación de la instrucción de aula; educación sobre nutrición proporcionada en la cafetería; o ferias de salud, viajes de estudios y mecanismos que proporcionen educación sobre nutrición.
- f. Asegurar que los alumnos reciban mensajes constantes sobre nutrición en todas partes de las escuelas, aulas, y cafeterías.

3. El director o la persona encargada harán un esfuerzo razonable por contratar proveedores de servicios de alimentos en sociedades de salud que apoyen la

impartición de lecciones sobre nutrición en las aulas y cafeterías escolares para fomentar la coordinación de las actividades de aula y cafetería y utilizar técnicas eficaces para promover hábitos de alimentación sana.

## **B. Reglamentos y Pautas de Nutrición sobre Alimentos y Bebidas Disponibles para las Escuelas**

Cuando sea factible, todas las escuelas deberán ofrecer a los alumnos una variedad de alimentos atractivos y opciones de bebidas apropiados a la edad. Las escuelas también deberán emplear prácticas de preparación de alimentos y planificación de comidas de acuerdo con las pautas federales y que busquen apoyar las recomendaciones actuales de las Pautas Alimenticias para los Americanos.

El suministro de todos los alimentos y bebidas servidos en los planteles escolares por el personal de las CPS durante el día escolar, cumplirá con todas las leyes y reglamentos federales, estatales y locales vigentes, así con ciertas políticas y pautas de la Junta, incluyendo:

1. Los reglamentos federales vigentes relativos a todos los aspectos del Programa Nacional de Almuerzos Escolares, el Programa Nacional de Desayunos Escolares, y todos los demás programas de servicio de alimentos de las CPS financiados por el gobierno federal
2. La ley de Illinois vigente que regula el servicio o la venta de alimentos y bebidas en las escuelas participantes
3. La ley vigente, las políticas y reglamentos de la Junta que rigen la seguridad de los alimentos y la seguridad de toda la comida disponible en los campus
4. La política de la Junta que rige la operación de máquinas expendedoras de bocadillos, el Reporte 04-0623-PO1 de la Junta, la Operación de Máquinas Expendedoras de Bocadillos, según sean modificados
5. Los reglamentos locales que rigen el suministro de fuentes seguras y operacionales de agua potable.
6. Política de la Junta que rige el compromiso de las CPS de adaptar las preferencias y necesidades alimenticias, culturales y religiosas de los alumnos de acuerdo con las pautas y reglamentos federales y estatales

## **C. Actividad física**

1. Todas las CPS ofrecerán programación que: (1) esté diseñada para fomentar el compromiso de realizar actividades físicas que permitan a los alumnos conseguir y mantener un estado físico personal de alto nivel; (2) enfatice las habilidades de autoadministración; (3) esté de acuerdo con los Estándares de Aprendizaje de Illinois y (4) esté coordinada dentro de un plan de estudios completo de educación sobre la salud.
2. La Junta exhorta a las escuelas a:
  - a. Proveer a los alumnos de las escuelas primarias de la oportunidad de participar en educación física durante un mínimo de 150 minutos por semana, y a los alumnos de las escuelas secundarias y a los alumnos freshmen y sophomores la oportunidad de participar durante un mínimo de 225 minutos por semana.
    - Deberá ponerse énfasis especial a la promoción de un estilo de vida activo en el jardín de niños hasta los grados primarios, dado que los hábitos de salud se establecen desde temprana edad.
    - Deberán hacerse adaptaciones para los alumnos con incapacidad, planes 504, y otras necesidades.
  - b. Utilizar un plan de estudios de educación física comprobado y en línea con los Estándares Nacionales de Educación Sobre la Salud y los Estándares Nacionales de Educación Física.

Los Estándares Nacionales de Educación Física incluyen lo siguiente:

1. Demuestra la aptitud en habilidades motoras y patrones de movimiento necesarios para realizar una variedad de actividades físicas.
2. Demostrar el entendimiento de conceptos, principios, estrategias, y táctica del movimiento conforme se aplican al aprendizaje y desempeño de las actividades físicas.
3. Participar con regularidad en las actividades físicas.
4. Conseguir y mantener un nivel de acondicionamiento físico que enriquezca la salud.
5. Exhibir un comportamiento personal y social responsable que de respeto a sí mismo y a otros en los entornos de actividades físicas.
6. Valorar la actividad física para la salud, el placer, los desafíos, la autoexpresión, y/o la interacción social.
7. Optimizar el tiempo de aula incorporando la actividad física en los planes de lecciones de otras materias escolares, que incluyen matemáticas, ciencias, lengua y literatura, salud, ciencias de la familia y del consumidor, y ciencias sociales.
8. Aumentar el número de alumnos que realizan actividades físicas continuas (moderadas) durante un mínimo de 15 a 30 minutos por 5 o más días por semana a través de la participación en uno o varios de los siguientes:
  - a. programas de la comunidad
  - b. programas después de las horas escolares
  - c. recesos

#### **D. Otras actividades escolares**

En un esfuerzo por fomentar la impartición de actividades escolares adicionales que promuevan la buena salud y reduzcan la obesidad, el director o la persona encargada:

1. Fomentarán el desarrollo de y la participación en sociedades con personas o partes interesadas que tengan el potencial de ayudar a las escuelas para conseguir los objetivos de esta política.
2. Instarán a los proveedores de servicios de alimentos y administradores escolares a trabajar juntos y promoverán la participación en todos los programas de alimentos escolares financiados por el gobierno federal.
3. Coordinarán actividades con entidades de la ciudad como el Distrito de Parques de Chicago para optimizar los servicios de verano para los alumnos y participación de los alumnos en programas de servicios alimenticios de verano financiados por el gobierno federal.
4. Se asegurarán de que, a través del Departamento de Servicios y Almacenamiento de Alimentos, las compañías de administración de servicios alimenticios proporcionen capacitación de personal de servicios alimenticios a lo largo del año de acuerdo con los contratos actuales.
5. Prohibirán al personal escolar ocultar las comidas a los alumnos o cambiarles los productos del menú como castigo.
6. Fomentarán la creatividad en la planificación de los menús y la implementación de estrategias que provean comidas escolares sabrosas, atractivas y sanas.

Más aún, la Junta exhorta a las escuelas a que:

1. Remitan a un número cada vez mayor de alumnos elegibles a la Unidad de Beneficios para el Niño y la Familia a fin de que se inscriban en cualquier programa estatal y federal pertinente.
2. Promuevan la participación de los alumnos en el Programa Nacional de Desayunos

Escolares y aumenten el número de alumnos a quienes se les sirvan desayunos a un nivel que se acerque más al número de alumnos atendidos a través de programas de almuerzos.

3. Promuevan la participación de los alumnos en los programas extraescolares que sirven bocadillos sanos a los niños que cumplan con los reglamentos federales y estatales.
4. Promuevan la participación de los alumnos en los programas de servicios alimenticios de verano financiados por el gobierno federal.
5. Apoyen los esfuerzos de los padres y tutores para proporcionar una dieta sana y actividades físicas diariamente a sus hijos durante el transcurso de su educación elemental y secundaria.
6. Provean a los padres/tutores y personal escolar de la información para ayudarles a incorporar comidas sanas y actividades físicas en las vidas de sus alumnos. Esta información puede ser proporcionada en forma de volantes, anuncios en el sitio web de las escuelas/distritos, información proporcionada en boletines de noticias de las escuelas/distritos, presentaciones orientadas a la nutrición y estilos de vida sanos y cualquier otro medio apropiado disponible para llegar a los padres.
7. Sirvan las comidas escolares en entornos limpios, seguros y agradables con el tiempo adecuado para que los alumnos coman, como mínimo, de acuerdo con las normas y pautas estatales y federales.
8. Consideren los objetivos de la política local de salud planificando actividades escolares.
9. Organicen comités de salud locales en escuelas individuales que impliquen a padres/tutores, profesores, administradores y alumnos para mejorar la nutrición y las actividades físicas al nivel de la escuela.
10. Pidan a los alumnos, padres/tutores, miembros de la comunidad y personal que sirvan cosas sanas en los eventos escolares y utilicen provechosamente la recaudación de fondos escolares y las ideas para celebraciones en el salón de clases.
11. Fomenten cada vez más entre los alumnos el consumo de una variedad de alimentos sanos que incluya frutas frescas, verduras, granos enteros, y productos lácteos de pocas calorías a través de servicios alimenticios y presentaciones creativas de comida saludable como ensaladas y yogures con bajo contenido de grasa.
12. Fomenten el uso de recompensas o incentivos no alimenticios con los alumnos.

#### **IV. ADMINISTRACIÓN DE PROGRAMACIÓN LOCAL DE SALUD ESCOLAR**

##### **A. Servicios de Apoyo Administrativos**

Las CPS proveerán a las escuelas de apoyo administrativo para impulsar la implementación de esta política. Los servicios de apoyo serán ofrecidos a través de varios departamentos, incluyendo la Oficina de Servicios Especializados, el Departamento de Servicios y Almacenamiento de Alimentos, la Oficina de Programas para Escuelas Secundarias y la Oficina de Educación Principal.

Las CPS también proporcionarán información a las escuelas en cuanto a los recursos disponibles a través de organizaciones comunitarias externas y otras cuando sean necesarios servicios adicionales.

##### **B. Vigilancia y supervisión**

1. Vigilancia y supervisión en todo el distrito

El director o la persona encargada estarán a cargo de la responsabilidad operacional de asegurar que todas las escuelas cumplan con los requisitos de la política local de salud.

Dicha responsabilidad operacional incluirá:

- El desarrollo de pautas y otros materiales que ayuden al personal de las oficinas centrales y escuelas a implementar la política y a mejorar las funciones de programación. Dicho documento(s) deberá ser revisado al menos una vez cada dos años y actualizado según convenga.
- La recepción y retroalimentación de reportes de las escuelas individuales sobre la implementación de la política;
- La revisión y evaluación de la implementación en todo el distrito de la Política Local de Salud Escolar;
- La recomendación de modificaciones a la Política Local de Salud Escolar, de ser necesario;
- Proporcionar reportes a la Junta en cuanto al cumplimiento de la Política de las escuelas individuales y distritales.
- Identificar oportunidades para que colaboren las escuelas y el distrito con las entidades y organizaciones de la comunidad a fin de enriquecer la implementación de esta política.

## 2. Vigilancia de las escuelas locales

- a. El director de cada campus será responsable de la implementación de la política local de salud y designará a un equipo de la escuela que incluya el ingreso de padres/tutores para desarrollar e implementar un plan de evaluación anual.
- b. El equipo de evaluación de la escuela evaluará la implementación de la política e identificará áreas para mejorarlas. El equipo de evaluación reportará sus conclusiones al director del campus y desarrollará con él/ella un plan de acción para la mejora, según sea necesario.

## C. Garantías con respecto a las pautas para las comidas escolares reembolsables

Las comidas y bocadillos reembolsables por el gobierno federal serán preparados conforme a las estrictas pautas de nutrición del USDA. Todas las pautas establecidas por la Junta o por las escuelas que sean aplicables a las Escuelas Públicas de Chicago para comidas escolares reembolsables no serán menos restrictivas que los reglamentos y directrices federales emitidos por Secretario de Agricultura de los EE.UU. de acuerdo con la Ley de Nutrición Infantil y la Ley Nacional de Almuerzos Escolares Richard B. Russell.

## D. Políticas relacionadas

La Junta ha adoptado otras políticas que a su vez apoyan los objetivos establecidos en esta Política y las leyes federales y estatales vigentes. Tales políticas, según sean modificadas, incluyen:

- Política de Salud Social y Emocional de los Alumnos, 04-0922-PO3
- Política de Exámenes de Salud, Vacunas, y Exámenes Dentales de los Alumnos, 05-0928-PO2)
- Política para la Administración de Medicamentos Durante las Horas de Clase, 02-0724-PO01
- Requisitos Mínimos para la Graduación en Escuelas Secundarias, 06-0628-PO2
- Política de Estándares de Aprendizaje de Illinois, 03-0924-PO02
- Educación Física para los Alumnos Inscritos en los Grados 11 y 12, 86-0806-ED3
- Vida en Familia y Educación Integral para la Salud Sexual, 06-0426-PO4

**Modificaciones/Anulaciones:** Adoptadas 06-0823-PO4

**Referencias cruzadas:**

**Referencias legales:** Ley de Nutrición Infantil y Nueva Autorización WIC, 42 U.S.C. §1751; Código de Escuelas de Illinois, 105 ILCS 5/2-3.137