

Contenido	
Introducción	1
Metas de Bienestar.....	2
Estrategias	2
Pautas de Nutricion	3
Otras Actividades Basadas en la Escuela Diseñadas para Promover Metas de Bienestar Estudiantil.....	4
Medicion, Evaluacion y Supervision	5
Comité de Bienestar del Distrito y Comité de Bienestar Escolar	5
Implementacion de Pólizas de Bienestar, Monitoreo, Rendicion de Cuentas y Compromiso con la Comunidad	Error!
Bookmark not defined.	
Actividad Fisica	10
Otras Actividades que Promueven el Bienestar Estudiantil	11
Participacion y Notificacion de las Partes Interesadas	12
Glosario.....	12

Introducción

Camino Nuevo Charter Academy (a la que se hace referencia como CNCA) está comprometida con el desarrollo óptimo de cada estudiante. CNCA está comprometida con el bienestar de sus estudiantes y sus familias. CNCA desea proporcionar el mejor entorno posible que promueva el aprendizaje y el desarrollo de prácticas de bienestar a través de programas educativos y prácticos.

La investigación muestra que los componentes, una buena nutrición y actividad física antes, durante y después del día escolar, están fuertemente correlacionados con los resultados positivos del estudiante. Por ejemplo, la participación de los estudiantes en el Programa de Desayuno Escolar del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) se asocia con calificaciones más altas y puntajes de exámenes estandarizados, menor absentismo y mejor desempeño en tareas cognitivas, por el contrario, el consumo de alimentos específicos, incluyendo frutas, verduras y productos lácteos, está asociado con las calificaciones más bajas entre los estudiantes. Además, los estudiantes que son físicamente activos a través del transporte activo desde y hacia la escuela, receso, descansos de actividad física, educación física de alta calidad y actividades extracurriculares - son mejores académicamente. ,,. Por último, hay pruebas de que la hidratación es adecuada para un mejor rendimiento cognitivo. 15, 16, 17

Esta póliza describe el enfoque de CNCA para asegurar ambientes y oportunidades para que todos los estudiantes practiquen hábitos de alimentación saludables y actividad física durante el día escolar, mientras minimizan las distracciones comerciales. Específicamente, esta póliza establece metas y procedimientos para asegurar que:

- Los estudiantes de CNCA tienen acceso a alimentos saludables durante el día escolar - tanto a través de comidas escolares reembolsables y otros alimentos disponibles en todo el plantel escolar - de acuerdo con los estándares federales y estatales de nutrición;

- Los estudiantes reciben educación nutricional de calidad que les ayuda a desarrollar comportamientos saludables durante toda la vida;
- Los estudiantes tienen oportunidades de estar físicamente activos antes, durante y después de la escuela;
- Las escuelas participan en la promoción de nutrición, actividad física y otras actividades que promueven el bienestar de los estudiantes;
- Se alienta y apoya al personal de la escuela para que practique una nutrición sana y comportamientos de actividad física dentro y fuera de la escuela;
- La comunidad está comprometida en apoyar el trabajo de CNCA en la creación de continuidad entre la escuela y otros entornos para que los estudiantes y el personal practiquen hábitos saludables a lo largo de toda la vida; y
- CNCA establece y mantiene una infraestructura para la gestión, supervisión, implementación, comunicación y monitoreo de la póliza, sus metas y objetivos establecidos.

Esta póliza se aplica a todos los planteles, estudiantes y personal de CNCA. CNCA coordinará la póliza de bienestar con otros aspectos de la gestión escolar, incluyendo el Plan de Mejoramiento Escolar de CNCA, cuando corresponda.

Objetivos de Bienestar:

1. Aumentar los conocimientos y habilidades de los estudiantes sobre opciones de alimentación saludable para que puedan desarrollar y adoptar comportamientos y actitudes saludables para comer.
2. Proporcionar conocimientos nutricionales adecuados para cada edad y ofrecer una experiencia positiva sobre la elección de estilos de vida saludables.
3. Alentar a los estudiantes a hacer de la buena salud una prioridad personal.
4. Promover el logro estudiantil alentando a los estudiantes a tomar decisiones saludables, comer comidas nutritivas y participar en actividades físicas.
5. Sigla las pautas federales y estatales de nutrición para todos los alimentos que se ofrecen a los estudiantes durante el día escolar.
6. Aumentar los conocimientos de los estudiantes en la educación física y promover habilidades de movimiento para que puedan volverse físicamente activos en su vida cotidiana, comprender los beneficios de ser físicamente activo, mantener la aptitud física y adoptar estilos de vida saludables.

Estrategias

1. Los maestros serán capacitados en actividades de desarrollo profesional relacionadas con las pautas de nutrición, las nuevas tendencias, los planes de estudio, etc., para que puedan ofrecer educación sobre nutrición.
2. Los estudiantes en los grados PreK-12 recibirán educación nutricional basada en temas del Marco de Salud para las Escuelas Públicas de California. La educación en nutrición puede integrarse en otros programas de estudio (por ejemplo, matemáticas, ciencias, artes del lenguaje) según corresponda.
3. Los estudiantes recibirán mensajes de nutrición en toda la escuela, en las aulas, la cafetería, eventos especiales de nutrición, etc., para servir como recordatorios de las lecciones enseñadas dentro del salón.
4. Las actividades de educación nutricional para los estudiantes estarán conectadas con los esfuerzos para promover el bienestar físico y mental, la actividad física, los logros académicos, un ambiente escolar saludable, educación para la salud, comunidad escolar positiva (padres y personal) y el desarrollo positivo de la juventud.
5. Los estudiantes en los grados Pre-K a través del 12º participarán en algún tipo de programa de actividad física; danza, yoga, deportes después de la escuela, recreo, educación para la salud con la condición física como su componente principal, actividad física dentro del aula, etc.

6. La instrucción será apropiada para la edad e incluye información actualizada enfocada en habilidades y hechos para estimular cambios de comportamiento.

Pautas de Nutrición

1. Ofrecer acceso a alimentos nutritivos de alta calidad mientras esté en la escuela, incluyendo actividades en el aula.
2. Se alentará a los estudiantes a comer un desayuno y almuerzo saludable y nutritivo todos los días en la escuela.
Los estudiantes tendrán un mínimo de 20 minutos para comer y desayunar en un ambiente agradable.

Todas las escuelas dentro de CNCA participan en los programas de nutrición infantil del USDA, incluyendo el Programa Nacional de Almuerzos Escolares (NSLP), el Programa de Desayuno Escolar (PAS), el Programa de Servicio de Alimentos de Verano (SFSP) y el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP). Todas las escuelas de CNCA están comprometidas a ofrecer comidas escolares a través de los programas NSLP y SBP que:

- a. Sean disponibles para todos los estudiantes
 - b. Sean apetitosos para los estudiantes
 - c. Se sirvan en un ambiente limpio y agradable
 - d. Cumplir o exceder los requerimientos actuales de nutrición establecidos por estatutos y regulaciones locales, estatales y federales. (CNCA ofrece comidas escolares reembolsables que cumplen con las normas de nutrición de USDA).
 - e. Promover opciones saludables de alimentos y bebidas usando al menos diez de las siguientes técnicas de Smarter Lunchroom:
 - i. Opciones de fruta entera se presentan en un plato atractivo o en cestas (en lugar de platos de pinzón o charolas de hotel).
 - ii. Fruta rebanada o cortada está disponible diariamente.
 - iii. Opciones diarias de fruta serán visibles y estarán al alcance de los estudiantes.
 - iv. Todas las opciones de vegetales disponibles han recibido nombres creativos o descriptivos .
 - v. Opciones diarias de verduras se incluyen en todas las comidas rápidas para los estudiantes.
 - vi. Todos los miembros del personal, especialmente aquellos que sirven, han sido capacitados para educar a los estudiantes a seleccionar y consumir las opciones diarias de vegetales con su comida.
 - vii. La leche blanca se coloca delante de otras bebidas en todos los refrigeradores.
 - viii. Las encuestas de estudiantes.
 - ix. Las ilustraciones de los estudiantes se muestran en las áreas de servicio y/o en el comedor.
 - x. Anuncios diarios se utilizan para promover y comercializar opciones de menú.
3. Todas las escuelas dentro de CNCA se adherirán a las pautas de "Smart Snacks in School."
 - a. Cualquier alimento vendido en las escuelas debe:
 - i. Ser un producto "rico en grano entero"; o
 - xi. Tener como primer ingrediente una fruta, un vegetal, un producto lácteo, o un alimento de proteína; o
 - xii. Sea una combinación de alimentos que contenga por lo menos ¼ de taza de fruta y/o vegetales; o
 - xiii. Contenga el 10% del Valor Diario (DV) de uno de los nutrientes de preocupación de salud pública en las Guías Alimenticias para los estadounidenses del 2010 (calcio, potasio, vitamina D o fibra dietética).
 - b. Los alimentos también deben cumplir con varios requisitos de nutrientes:
 - i. Límites de calorías: ° Ingredientes de aperitivos: ≤ 200 calorías ° Ingredientes de entradas: ≤ 350 calorías

- ii. Límites de sodio: ° Ingredientes de aperitivos: ≤ 230 mg**° Ingredientes de entradas: : ≤ 480 mg
- iii. Límites de grasa: ° Grasa total: $\leq 35\%$ de calorías ° Grasa saturada: $< 10\%$ de calorías ° Grasa trans: cero gramos
- iv. Límite de azúcar: ° $\leq 35\%$ del peso de los azúcares totales en los alimentos

* El 1 de julio de 2016, los alimentos pueden no calificar usando el 10% de criterios DV.

** El 1 de julio de 2016, los aperitivos deben contener ≤ 200 mg de sodio por artículo

- c. Normas de Nutrición para las Bebidas
 - i. Todas las escuelas pueden vender: Agua (con o sin carbonatación); Leche baja en grasa sin sabor; Leche libre de grasa o aromatizada y leche alternativa permitida por NSLP / SBP; 100% jugo de frutas o verduras y; Jugo de frutas o vegetales 100% diluido con agua (con o sin carbonatación), y sin adición de edulcorantes.
- d. Las escuelas primarias pueden vender porciones de hasta 8 onzas, mientras que las escuelas intermedias y secundarias pueden vender hasta 12 onzas porciones de leche y jugo. No hay límite de tamaño de porción para el agua.
- e. Más allá de esto, las normas permiten opciones de bebidas "sin calorías" y "bajas en calorías" adicionales para los estudiantes de secundaria.
 - i. No más de 20-onzas porciones de: Sin-calorías, agua con sabor (con o sin carbonatación); y otras bebidas aromatizadas y / o carbonatadas que están etiquetadas para contener < 5 calorías por 8 onzas líquidas o ≤ 10 calorías por 20 onzas fluidas.
 - ii. No más de 12 onzas de: Bebidas con ≤ 40 calorías por 8 onzas líquidas o ≤ 60 calorías por 12 onzas líquidas.
- f. Otros requisitos:
 - i. Recaudación de Fondos:
 1. La venta de artículos alimenticios que cumplan con los requisitos nutricionales en recaudación de fondos no está limitada de ninguna manera bajo las normas.
 2. Las normas no se aplican durante las horas no escolares, los fines de semana y en eventos de recaudación de fondos fuera del plantel.
 3. Las normas proporcionan una exención especial para recaudadores de fondos infrecuentes que no cumplen con las normas de nutrición. Las agencias estatales pueden determinar la frecuencia con la que se llevan a cabo actividades de recaudación de fondos que permiten la venta de alimentos y bebidas que no cumplen con las normas nutricionales.
 - ii. Acompañamientos:
 4. Acompañamientos como el queso crema, el aderezo para ensaladas y la mantequilla deben incluirse en el perfil de nutrientes como parte del alimento vendido. Esto ayuda a controlar la cantidad de calorías, grasa, azúcar y sodio añadido a los alimentos por acompañamientos, lo que puede ser significativo.

Otras Actividades Basadas en la Escuela Diseñadas para Promover Metas de Bienestar Estudiantil

1. Excursiones a los mercados agricultores, supermercados, jardines comunitarios etc.
2. Consejo de Estudiantes de Nutrición para la escuela primaria como parte del consejo estudiantil
3. Desarrollar y mantener jardines estudiantiles
4. Educación de los Padres
5. Clubes de caminata para los padres y/o clubes estudiantiles
6. Promoción de recursos y eventos locales
7. Presentaciones de los grupos de debate
8. Eventos nutricionales para conmemorar el Mes de la Nutrición (marzo)
9. Demostraciones de preparación de comida escolar y clases de cocina

Medición, Evaluación y Supervisión

El proceso evaluará si las cuestiones identificadas en la póliza están marcando una diferencia en el bienestar de los estudiantes, e identificar los éxitos y las barreras para el éxito. Puede hacerse mediante análisis de datos, grupos de discusión y foros, y / o cuestionarios y se hará de una manera que no suponga una carga indebida para el personal. La supervisión a nivel de distrito será realizada por el Departamento de Cumplimiento y Operaciones de la oficina de HSO de CNCA. El personal del plantel escolar apropiado llevará a cabo la supervisión de ese plantel.

El Site Based Council de la escuela proporcionara informes bianuales, si no más frecuentes, sobres el estado de este programa.

Comité de Bienestar del Distrito y Comité de Bienestar Escolar

Responsabilidad y Membresía del Comité

CNCA convocará a un comité de bienestar del distrito representativo (al que se hace referencia como el DWC) que se reúne al menos cuatro veces al año para establecer metas y supervisar las pólizas y programas de salud y seguridad escolar, incluyendo desarrollo, implementación y revisión periódica y actualización de este distrito (antes referida como "política de bienestar").

Los miembros de DWC representarán a todos los niveles escolares (escuelas primarias y secundarias) e incluirán (en la medida de lo posible), pero no se limitarán a: padres y cuidadores; estudiantes; representantes del programa de nutrición escolar (por ejemplo, director de nutrición escolar); profesores de educación física; profesores de educación de salud; (por ejemplo, maestros de educación en salud, personal de servicios de salud escolar [por ejemplo, enfermeras, médicos, dentistas, educadores de salud y otro personal de salud aliado que proveen servicios de salud escolar] y personal de salud mental y servicios sociales [, psicólogos, trabajadores sociales o psiquiatras], administradores escolares, miembros del consejo escolar, profesionales de la salud y el público en general. Cuando sea posible, la membresía también incluirá coordinadores de Educación del Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria (SNAP-EDESNAP-Ed). Como sea posible el DWC incluirá a representantes de cada y reflejará la diversidad de la comunidad.

Liderazgo

El Director Ejecutivo o sus designados convocarán al DWC y facilitarán el desarrollo y actualización de la póliza de bienestar y asegurarán el cumplimiento de la póliza por parte de cada escuela. El funcionario designado para la supervisión es (Director de Operaciones Esperanza Bacilio, 213.417.3407 Esperanza.Bacilio@camionuevo.org)

El nombre, título e información de contacto (dirección de correo electrónico es suficiente) de los miembros del Comité de Bienestar del Distrito es:

Nombre	Título	Correo Electrónico	Función en el Comité
Esperanza Bacilio	Director of Operations	Esperanza.Bacilio@camionuevo.org	Asiste en la supervisión de los programas de bienestar de la CNCA.
Zulma Suro	Director of Parent Engagement	Zulma.Suro@camionuevo.org	Asiste con la organización y coordinación de DWC y SWC en el plantel.
Randell Erving	Director of Student Support Services	Randell.Erving@camionuevo.org	Asiste en la evaluación de la implementación de la póliza de bienestar a nivel de distrito.

Cada escuela designará un coordinador de pólizas de bienestar escolar, quien asegurará el cumplimiento de la póliza. Consulte el Apéndice A para obtener una lista de coordinadores de políticas de bienestar de la escuela.

Implementación de Pólizas de Bienestar, Monitoreo, Rendición de Cuentas y Participación Comunitaria

Mantenimiento de Registros

CNCA mantendrá registros para documentar el cumplimiento de los requisitos de la póliza de bienestar en 3435 W. Temple St., Los Ángeles, CA 90026 y / o en www.caminonuevo.org. La documentación mantenida en esta ubicación incluirá, pero no estará limitada a:

- La Póliza de Bienestar escrita
- Documentación que demuestre que la póliza ha sido puesta a disposición del público
- Documentación de los esfuerzos para revisar y actualizar la Póliza de Bienestar; incluyendo una indicación de quién está involucrado en la actualización y los métodos que CNCA utiliza para hacer que los interesados sean conscientes de su capacidad para participar en el DWC
- Documentación para demostrar el cumplimiento de los requisitos de notificación pública anual
- La evaluación más reciente sobre la implementación de la póliza local de bienestar escolar
- Se ha puesto a disposición del público documentación que demuestre la evaluación más reciente sobre la implementación de la Póliza de Bienestar Escolar Local.

Notificación Anual de la Póliza

CNCA informará activamente a las familias y al público cada año de información básica sobre esta póliza, incluyendo su contenido, cualquier actualización de la póliza y el estado de implementación. CNCA pondrá esta información a disposición a través del sitio web de CNCA y / o comunicaciones de todo el distrito. CNCA proporcionará tanta información como sea posible sobre el estado de nutrición de la escuela. Esto incluirá un resumen de los eventos de CNCA o actividades relacionadas con la implementación de la póliza de bienestar. Anualmente, CNCA también dará a conocer el nombre y la información de contacto de los funcionarios de CNCA / campus que dirigen y coordinan el comité, así como información sobre cómo el público puede involucrarse con el comité de bienestar escolar.

Evaluaciones Trienales de Progreso

Al menos una vez cada tres años, CNCA evaluará el cumplimiento de la póliza de bienestar para evaluar la implementación de la póliza e incluye:

- La medida en que las escuelas bajo la jurisdicción de CNCA cumplen con la póliza de bienestar;
- El grado en que la póliza de bienestar de CNCA se compara con la póliza de bienestar de la Alianza para un Modelo de Generación Más Saludable; y
- Una descripción de los avances en el logro de los objetivos de la póliza de bienestar de CNCA

El puesto/persona responsable de administrar la evaluación trienal y la información de contacto es Esperanza Bacilio 3435 W Temple St., Los Ángeles, CA 90026. (213) 417-3400 Esperanza.Bacilio@caminonuevo.org.

DWC, en colaboración con las escuelas individuales, monitoreará el cumplimiento de las escuelas con esta póliza de bienestar.

CNCA notificará activamente a los hogares / familias de la disponibilidad del informe trienal de progreso.

Revisiones y Actualización de la Póliza

DWC actualizará o modificará la póliza de bienestar basado en los resultados del índice anual de salud escolar y evaluaciones trienales y / o según cambien las prioridades del Distrito; las necesidades de la comunidad cambian; se cumplan los objetivos de bienestar; emergen nuevas ciencias de la salud, información y tecnología; y se emiten nuevas directrices o normas federales o estatales. La póliza de bienestar será evaluada y actualizada como se indica al menos cada tres años, después de la evaluación trienal.

Participación Comunitaria, Alcance y Comunicaciones

CNCA está comprometida a responder a los comentarios de la comunidad, que comienza con la conciencia de la póliza de bienestar. CNCA comunicará activamente las formas en que los representantes de DWC y otros pueden participar en el desarrollo, implementación y revisión periódica y actualización de la póliza de bienestar a través de una variedad de medios apropiados para ese distrito. CNCA también informará a los padres de las mejoras que se han hecho a las comidas escolares y el cumplimiento de los estándares de comidas escolares, la disponibilidad de programas de nutrición infantil y cómo aplicar, y una descripción y cumplimiento de los estándares de nutrición escolar. CNCA utilizará mecanismos electrónicos como correo electrónico o anuncios en el sitio web de CNCA, así como mecanismos no electrónicos tales como boletines informativos, presentaciones a los padres o envío de información a los padres para asegurar que todas las familias sean activamente notificadas del contenido implementación y actualización de la póliza de bienestar, así como la forma de involucrarse y apoyar la póliza. CNCA asegurará que las comunicaciones sean cultural y lingüísticamente apropiadas para la comunidad, y realizadas a través de medios similares a otras formas en que la CNCA y las escuelas individuales están comunicando información importante de la escuela con los padres.

CNCA notificará al público al menos una vez al año sobre el contenido o las actualizaciones de la póliza de bienestar. CNCA también utilizará estos mecanismos para informar a la comunidad sobre la disponibilidad de los informes anuales y trienales.

Requisitos del personal y desarrollo profesional

Todos los directores, gerentes y personal del programa de nutrición escolar cumplirán o excederán los requisitos de contratación y capacitación anual continua/capacitación en los estándares profesionales del USDA para profesionales de nutrición infantil. El personal de nutrición de la escuela se referirá al sitio web de estándares profesionales de nutrición escolar de USDA para buscar capacitación que satisfaga sus necesidades de aprendizaje.

Agua

Para promover la hidratación, el agua potable libre, segura y sin sabor estará disponible para todos los estudiantes durante el día escolar * y en todas las escuelas * ("plantel escolar" y "día escolar" se definen en el glosario). CNCA pondrá a disposición agua potable donde se sirven comidas escolares durante las comidas.

- A los estudiantes se les permitirá traer y llevar botellas de agua (aprobadas) llenas de agua solamente con ellos durante todo el día.

Celebraciones y Recompensas

Todos los alimentos ofrecidos en el plantel de la escuela cumplirán o excederán los estándares de nutrición de la escuela, incluyendo:

1. Celebraciones y fiestas. El DWC de CNCA guiará a los SWC's sobre ideas de fiesta saludables, incluyendo ideas para celebraciones sin comida. Ideas saludables para fiestas están también disponibles en [Alliance for a Healthier Generation](#) y por [USDA](#).
2. Bocadillos de aula traídos por los padres. Cualquier aperitivo para el salón de clases debe cumplir con la Póliza de Bienestar de CNCA a menos que el plantel haya establecido una Póliza de Bienestar Escolar que permita excepciones periódicas.
3. Recompensas e incentivos. CNCA alentará formas alternativas y sin alimentos para recompensar a los estudiantes.

Recaudación de Fondos

Alimentos y bebidas que cumplan o superen los estándares de nutrición del USDA Smart Snacks in Schools pueden ser vendidos a través de recaudadores de fondos en el plantel escolar * durante el día escolar *. CNCA pondrá a disposición de los padres y maestros una lista de ideas saludables de recaudación de fondos.

Promoción de Nutrición

Promoción de nutrición y la educación influyen positivamente en las conductas alimenticias durante toda la vida, mediante el uso de técnicas basadas en evidencia y mensajes nutricionales, también mediante la creación de entornos alimenticios que fomentan opciones nutricionales saludables y fomentan la participación en programas de comidas escolares. Los estudiantes y el personal recibirán mensajes consistentes de nutrición en escuelas, aulas, gimnasios y cafeterías. La promoción de nutrición también incluye la comercialización y la publicidad de alimentos y bebidas nutritivas a los estudiantes y es más eficaz cuando se implementa consistentemente a través de un enfoque integral y multicanal por parte del personal escolar, maestros, padres, estudiantes y la comunidad.

CNCA promoverá opciones saludables de alimentos y bebidas para todos los estudiantes en todo el plantel escolar, así como fomentará la participación en programas de comidas escolares. Esta promoción se realizará a través de al menos:

- Implementar por lo menos diez o más técnicas de promoción de alimentos saludables basadas en evidencia a través de los programas de comidas escolares usando técnicas [Smarter Lunchroom techniques](#); y
- Garantizar que el 100% de los alimentos y bebidas promovidos a los estudiantes cumplan con los estándares de nutrición escolar de USDA Smart Snacks. Las técnicas de promoción adicionales que CNCA y las escuelas individuales pueden utilizar están disponibles en <http://www.foodplanner.healthiergeneration.org/>.

Educación Nutricional

CNCA enseñará, modelará, alentará y apoyará la alimentación saludable de todos los estudiantes. Las escuelas proporcionarán educación nutricional y participarán en la promoción de la nutrición que:

- Está diseñado para proporcionar a los estudiantes los conocimientos y habilidades necesarias para promover y proteger su salud;
- Forma parte no sólo de las clases de educación para la salud, sino que también se integra en otras clases de enseñanza a través de materias como matemáticas, ciencias, artes del lenguaje, ciencias sociales y asignaturas electivas;
- Incluye actividades agradables, apropiadas para el desarrollo, culturalmente relevantes y participativas, tales como demostraciones o lecciones de cocina, promociones, pruebas de sabores, visitas a las granjas y jardines escolares;
- Promueve frutas, verduras, productos integrales, productos lácteos bajos en grasa y sin grasa y métodos saludables de preparación de alimentos;
- Enfatiza el equilibrio calórico entre la ingesta de alimentos y el gasto de energía (promueve la actividad física / ejercicio);
- Enlaces con programas de comidas escolares, actividades de promoción de nutrición en la cafetería, jardines escolares, programas de granja a escuela, otros alimentos escolares y servicios comunitarios relacionados con la nutrición;
- Enseña la alfabetización mediática con énfasis en la comercialización de alimentos y bebidas; y
- Incluye entrenamiento en nutrición para maestros y otro personal.

Temas Esenciales de Alimentación Saludable en la Educación para la Salud

CNCA incluirá en el currículo de educación para la salud un mínimo de 12 de los siguientes temas esenciales sobre la alimentación saludable:

- Relación entre alimentación saludable y salud personal y prevención de enfermedades
- Orientación alimentaria de MyPlate
- Lectura y uso de las etiquetas de los datos nutricionales de FDA
- Comer una variedad de alimentos todos los días
- Equilibrar la ingesta de alimentos y la actividad física
- Comer más frutas, verduras y productos integrales
- Elegir alimentos bajos en grasas, grasas saturadas y colesterol y no contienen grasas trans
- Elegir alimentos y bebidas con poca azúcar añadida
- Comer más alimentos ricos en calcio
- Preparación de comidas y bocadillos saludables
- Riesgos de prácticas poco saludables de control de peso
- Aceptar las diferencias de tamaño corporal
- Importancia del consumo de agua
- Importancia de desayunar
- Tomar decisiones saludables al comer en restaurantes
- Trastornos de la alimentación
- Reducción de la ingesta de sodio
- Influencias sociales sobre la alimentación saludable, incluidos los medios de comunicación, la familia, los compañeros y la cultura
- Cómo encontrar información válida o servicios relacionados con la nutrición y el comportamiento alimenticio
- Cómo desarrollar un plan y seguir el progreso hacia el logro de una meta personal para comer saludablemente
- Resistencia a la presión de los compañeros relacionada con un comportamiento alimenticio poco saludable
- Influir, apoyar o defender el comportamiento alimentario saludable de otros

Comercialización de Alimentos y Bebidas en Escuelas

CNCA está comprometida a proveer un ambiente escolar que asegure oportunidades para que todos los estudiantes practiquen comidas saludables y comportamientos de actividad física durante el día escolar, mientras minimizan las distracciones comerciales. CNCA se esfuerza por enseñar a los estudiantes cómo tomar decisiones informadas sobre nutrición, salud y actividad física. Estos esfuerzos se verán debilitados si los estudiantes están sujetos a publicidad en la propiedad escolar que contiene mensajes inconsistentes con la información de salud que CNCA está impartiendo a través de la educación nutricional y los esfuerzos de promoción de la salud. Es la intención de CNCA para proteger y promover la salud del estudiante permitiendo la publicidad y la comercialización para solamente los alimentos y las bebidas que se permiten para ser vendidos en el campus de la escuela, consistente con la póliza de bienestar de CNCA.

Los alimentos y bebidas comercializados o promovidos a los estudiantes en el plantel escolar * durante el día escolar * cumplirán o excederán los estándares de nutrición de Smart Snacks del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos de tal manera que solo los alimentos que cumplan o excedan esas normas nutricionales se puedan comercializar a los estudiantes.

La comercialización de alimentos y bebidas se define como publicidad y otras promociones en las escuelas. La comercialización de alimentos y bebidas a menudo incluye declaraciones orales, escritas o gráficas hechas con el propósito de promover la venta de un alimento o bebida hecha por el productor, fabricante, vendedor o cualquier otra entidad con interés comercial en el producto. Este término incluye, pero no se limita a lo siguiente:

- Nombres de marcas, marcas registradas, logotipos o etiquetas, excepto cuando se colocan en un alimento o bebida físicamente presente o en su recipiente.
- Displays, such as on vending machine exteriors

- Despliegues, como en los exteriores de la máquina expendedora
- Marca corporativa, logotipo, nombre o marca registrada en el equipo escolar, tales como marquesinas, tableros de mensajes, tableros de resultados o tableros
- Corporate brand, logo, name or trademark on cups used for beverage dispensing, menu boards, coolers, trash cans and other food service equipment; as well as on posters, book covers,
- Marca corporativa, logo, nombre o marca registrada en tazas usadas para dispensar bebidas, tableros de menú, enfriadores, cubos de basura y otros equipos de servicio de alimentos; así como en carteles, portadas de libros,
- Libros de asignación o útiles escolares expuestos, distribuidos, ofrecidos o vendidos por CNCA.
- Anuncios en publicaciones escolares o envíos por correo escolar.
- Muestras gratuitas de productos, pruebas de sabor o cupones de un producto, o muestras gratuitas que muestren publicidad de un producto.

A medida que CNCA revisa los contratos existentes y considera nuevos contratos, las decisiones de compra y reemplazo de equipos y productos deben reflejar las directrices de mercadeo aplicables establecidas por la Póliza de Bienestar de CNCA.

Actividad Física

Los niños y adolescentes deben participar en al menos 60 minutos de actividad física todos los días. Un porcentaje sustancial de la actividad física de los estudiantes se puede proporcionar a través de un programa integral de actividad física escolar antes, durante y después de la escuela; la participación del personal y el compromiso de la familia y la comunidad y CNCA está comprometido a proporcionar estas oportunidades. Las escuelas asegurarán que estas diversas oportunidades de actividad física sean complementarias y no sustitutivas de la educación física. Todas las escuelas de CNCA serán invitadas a participar en “Let's Move! Active Schools?” (www.letsmoveschools.org).

La actividad física durante el día escolar no será retenida como castigo por ninguna razón. Los maestros y personal de CNCA utilizarán métodos alternativos de disciplina para que los estudiantes sean determinados a nivel de la escuela.

CNCA se asegurará de que sus instalaciones e instalaciones sean seguras y que el equipo esté disponible para que los estudiantes estén activos. CNCA realizará las inspecciones y reparaciones necesarias.

CNCA proveerá a los estudiantes con educación física consistente con los estándares federales y estatales. El plan de estudios de educación física aumentará el conocimiento de los estudiantes en la educación de aptitud física y promoverá las habilidades de movimiento para permitirles ser activos físicamente en su vida cotidiana, comprender los beneficios de volverse físicamente activo, mantener la aptitud física y adoptar estilos de vida saludables.

Todos los estudiantes tendrán la misma oportunidad de participar en clases de educación física. CNCA hará las adaptaciones apropiadas para permitir la participación equitativa de todos los estudiantes y adaptará las clases de educación física y el equipo según sea necesario.

Todos los **estudiantes de primaria** de CNCA en cada grado recibirán educación física por lo menos 60-89 minutos por semana durante todo el año escolar.

Todos los **estudiantes de secundaria** de la CNCA (escuela media y preparatoria) deben tomar el equivalente a un año académico de educación física.

El programa de educación física de la CNCA promoverá la aptitud física de los estudiantes mediante evaluaciones individualizadas de aptitud y actividad. CNCA también administrará el Examen de Aptitud Física de California (PFT) anualmente según sea necesario para los niveles de grado apropiados.

El recreo al aire libre será ofrecido cuando el tiempo sea factible. CNCA se aferrará a las guías del tiempo del Distrito Escolar Unificado de Los Ángeles para determinar si es posible jugar al aire libre.

En el caso de que CNCA debe realizar receso dentro del plantel, los maestros y el personal seguirán las pautas de recreo que promueven la actividad física para los estudiantes, en la medida de lo posible. Cada escuela mantendrá y aplicará sus propias pautas de recreo.

El recreo complementará, no sustituirá, a la clase de educación física. Los monitores de recreo o los maestros animarán a los estudiantes a ser activos y servirán como modelos al estar físicamente activos junto a los estudiantes siempre que sea factible.

Otras Actividades que Promueven el Bienestar Estudiantil

CNCA integrará las actividades de bienestar a través de todo el ambiente escolar, no sólo en la cafetería, otros lugares para comer y beber y las instalaciones de actividad física. CNCA coordinará e integrará otras iniciativas relacionadas con actividad física, educación física, nutrición y otros componentes de bienestar, de modo que todos los esfuerzos sean complementarios, no duplicados y trabajen hacia el mismo conjunto de metas y objetivos que promuevan el bienestar del estudiante, y resultados educativos fuertes.

Se alienta a las escuelas de CNCA a coordinar el contenido de las áreas curriculares que promueven la salud de los estudiantes, tales como enseñar conceptos de nutrición en matemáticas, con consulta proporcionada por la escuela o por los expertos en currículo.

Todos los esfuerzos para obtener reconocimiento federal, estatal o reconocimientos por la asociación, o subvenciones/oportunidades de financiación para entornos escolares saludables serán coordinados y complementarios de la póliza de bienestar, incluyendo, pero no limitado a asegurar la participación del DWC/SWC.

Todos los eventos patrocinados por la escuela se adhieren a las directrices de la póliza de bienestar. Todos los eventos de bienestar patrocinados por la escuela incluirán actividades físicas y oportunidades para comer saludablemente cuando sea apropiado.

Asociaciones Comunitarias

CNCA mejorará las relaciones con los socios de la comunidad (por ejemplo, hospitales, universidades / colegios, empresas locales, proveedores y coordinadores de SNAP-Ed, etc.) en apoyo de la implementación de esta póliza de bienestar. Las asociaciones y patrocinios existentes y nuevos serán evaluados para asegurar que sean consistentes con la póliza de bienestar y sus metas.

Promoción de Salud Comunitaria y Participación Familiar

CNCA promoverá a los padres / cuidadores, familias y la comunidad en general los beneficios y enfoques para una alimentación saludable y actividad física durante todo el año escolar. Las familias serán informadas e invitadas a participar en actividades patrocinadas por la escuela y recibirán información sobre los esfuerzos de promoción de la salud.

Como se describe en la subsección "Participación Comunitaria, Extensión y Comunicaciones", CNCA utilizará mecanismos electrónicos (por ejemplo, correo electrónico o anuncios en el sitio web de CNCA), así como mecanismos no electrónicos (por ejemplo, boletines informativos, información para los padres), para asegurar que todas las familias sean notificadas activamente de las oportunidades de participar en actividades patrocinadas por la escuela y recibir información sobre los esfuerzos de promoción de la salud.

Bienestar del Personal y Promoción de la Salud

DWC tendrá un subcomité de bienestar del personal que se enfoca en temas de bienestar, identifica y disemina recursos de bienestar y realiza otras funciones que apoyan el bienestar del personal en coordinación con el personal de recursos humanos. El nombre del líder del subcomité es Esperanza Bacilio.

Las escuelas de CNCA implementarán estrategias para apoyar al personal en promover y modelar una alimentación saludable y comportamientos de actividad física. CNCA promueve la participación de los miembros del personal en los programas de promoción de la salud y apoyará los programas para los miembros del personal sobre la alimentación saludable / manejo del peso que sean accesibles y gratuitos o a bajo costo.

Aprendizaje Profesional

Cuando sea factible, CNCA ofrecerá oportunidades anuales de aprendizaje profesional y recursos para que el personal aumente los conocimientos y habilidades sobre la promoción de comportamientos saludables en el salón de clases y la escuela (por ejemplo, aumentando el uso de enfoques de enseñanza kinestésica o incorporando lecciones de nutrición en la clase de matemáticas). El aprendizaje profesional ayudará al personal del Distrito a comprender las conexiones entre los académicos y la salud y las formas en que la salud y el bienestar se integran en la reforma del distrito o en los planes y esfuerzos de mejora académica.

Participación y Notificación de las Partes Interesadas

La Póliza de Bienestar de CNCA se distribuirá anualmente con los documentos de inscripción; copias estarán disponibles en cada cafetería y en la oficina principal de cada plantel. Site Based Council de cada plantel proporcionará informes bianuales, si no más frecuentes, sobre la efectividad de la Póliza de Bienestar (con información de los evaluadores a nivel de sitio y HSO). Site Based Council será incluido en la evaluación anual de los objetivos de la póliza de bienestar.

Cualquier pregunta o preocupación relacionada con esta póliza puede ser dirigida a la oficina principal del plantel o a: Esperanza Bacilio, 3435 W. Temple St., Los Angeles CA 90026. (213) 417-3400
esperanza.bacilio@caminonuevo.org

Glosario

Día Escolar Extendido – el tiempo durante, antes y después de la escuela que incluye actividades tales como clubes, deportes intramuros, práctica de coro y banda, ensayos de drama y más.

Plantel Escolar - áreas que son propiedad o arrendadas por la escuela y usadas en cualquier momento para actividades relacionadas con la escuela, incluyendo en el exterior del edificio escolar, autobuses escolares u otros vehículos usados para transportar estudiantes, campos atléticos y estadios (por ejemplo, , tazas y botellas de agua), o aparcamientos.

Día Escolar – el tiempo entre medianoche la noche anterior a 30 minutos después del final del día de instrucción.

Trienal – cada tres años.