



## **ESCUELA PREPARATORIA PPEP TEC**

### **POLIZA DE SALUD Y BIENESTAR**

Creada: 6/30/14

Actualizada: 6/30/17

#### **Preámbulo**

Considerando que los niños necesitan tener acceso a alimentos saludables y oportunidades de estar físicamente activos para crecer, aprender y prosperar;

Considerando que la buena salud fomenta la asistencia y educación de los estudiantes;

Considerando que las tasas de obesidad se han duplicado en los niños y triplicado en los adolescentes en las últimas dos décadas, la inactividad física y el consumo excesivo de calorías son las causas predominantes de la obesidad;

Considerando que las enfermedades cardíacas, el cáncer, los accidentes cerebrovasculares y la diabetes son responsables de dos tercios de las muertes en los Estados Unidos y los principales factores de riesgo de esas enfermedades incluidos los hábitos alimenticios poco saludables, la inactividad física y la obesidad, se establecen a menudo en la infancia;

Considerando que el 33% de los estudiantes de secundaria no participan en actividad física vigorosa suficiente y el 72% de los estudiantes de secundaria no asisten a diario a clases de educación física.

Mientras que sólo el 2% de los niños (de 2 a 19 años) consumen una dieta saludable consistente en las cinco recomendaciones principales de “Elegir Mi Plato Para Una Alimentación Saludable”.

Considerando que a nivel nacional los artículos que más se venden en las máquinas expendedoras (de sodas y golosinas) de la escuela, en las tiendas escolares y en las cafeterías incluyen alimentos y bebidas de baja nutrición, como refrescos, bebidas deportivas, jugos de frutas artificiales, papas fritas, dulces, galletas y pasteles;

Mientras que los distritos escolares de todo el país están enfrentando restricciones fiscales, la participación comunitaria es esencial para el desarrollo e implementación de la póliza de salud y

bienestar;

Por lo tanto, la póliza del Distrito Escolar de PPEP TEC se compromete a ofrecer a los estudiantes oportunidades para que reciban una alimentación saludable y practiquen actividades físicas durante el día y reduciendo al mínimo las distracciones comerciales. Esta póliza establece específicamente metas y procedimientos para asegurar que:

- Los estudiantes en el distrito tengan acceso a alimentos saludables durante el día escolar - tanto a través de comidas escolares y otros alimentos disponibles en el plantel – de acuerdo con los estándares federales y estatales de nutrición;
- Los estudiantes reciben educación nutricional de calidad que les ayuda a desenvolver condiciones saludables durante toda la vida;
- Los estudiantes tienen la oportunidad 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 a practicar una nutrición saludable y actividad física dentro y fuera de la escuela;
- La comunidad está comprometida en apoyar el trabajo del Distrito en la creación de continuidad entre la escuela y sus entornos para que los estudiantes y el personal practiquen hábitos saludables a lo largo de sus vidas; y
- El Distrito establece y mantiene una infraestructura para la administración, supervisión, implementación, comunicación y monitoreo de la póliza sus metas y objetivos establecidos.

Esta póliza se aplica a todos los estudiantes, personal y escuelas del Distrito. A continuación se señalan metas y resultados específicos dentro de cada sección

## **I. Objetivos de la Póliza de Salud y Bienestar**

***Promoción de la Nutrición:*** La promoción de la nutrición y la educación influyen positivamente en el comportamiento alimenticio durante toda la vida utilizando técnicas basadas en la evidencia y mensajes nutricionales y creando entornos alimenticios que fomenten las opciones nutricionales saludables, impulsar la participación en los programas de comidas escolares. Los estudiantes y el personal recibirán orientación sobre la nutrición en escuelas, aulas, gimnasios y cafeterías. La promoción de la nutrición también incluye la comercialización y publicidad de alimentos y bebidas nutritivas a los estudiantes y es más eficaz cuando se implementa a través del personal escolar, maestros, padres, estudiantes y la comunidad.

El Distrito promoverá opciones saludables de alimentos y bebidas para todos los estudiantes en todo el plantel escolar, así como impulsará la participación en programas de comidas escolares. Esta promoción se realizará por lo 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 métodos de “Almuerzo Inteligentes”; y
- Asegurando que el 100% de los alimentos y bebidas que se promuevan a los estudiantes cumplan con los estándares de nutrición escolar del USDA Entradas/Bocadillos Inteligentes. Los métodos de promoción adicionales que el Distrito y las escuelas pueden usar están disponibles en: <http://www.foodplanner.healthiergeneration.org/>.

**Educación en Nutrición:** El Distrito enseñará, modelará, alentará y apoyará la alimentación saludable de todos los estudiantes. Las escuelas proporcionarán educación en nutrición y participarán en la promoción de la nutrición que:

- Está diseñado para proporcionar a los estudiantes los conocimientos y prácticas 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 atractivas, adecuadas para el desarrollo, culturalmente relevantes y populares, tales como demostraciones o enseñanzas de alimentación, promociones, paladar, visitas a la granja y jardines escolares;
- Promueve frutas, verduras, productos de grano entero, productos lácteos bajos en grasa y sin grasa y métodos saludables de preparación de alimentos;
- Enfatiza el balance de calorías entre el consumo de alimentos y el gasto de energía (promueve la actividad física / ejercicio);
- Enlaces con programas de comidas escolares, actividades de promoción de la nutrición en la cafetería, jardines escolares, programas de granja, otros alimentos escolares y servicios comunitarios relacionados con la nutrición;
- Enseña la diferencia en la comercialización de alimentos y bebidas; e
- Incluye capacitación en educación en nutrición para maestros y personal.

**Actividad Física:** Para que los estudiantes reciban la cantidad de actividad física diaria recomendada a nivel nacional (es decir, por lo menos 60 minutos por día) y para que los estudiantes acepten plenamente la actividad física regular como algo propio, los estudiantes necesitan oportunidades de actividad física a parte de la clase de educación física. Con ese fin:

- La educación en salud en el aula complementará la educación física reforzando las habilidades de conocimiento y autogestión necesarias para mantener un estilo de vida físicamente activo y reducir el tiempo dedicado a actividades sedentarias, como ver la televisión;
- Todos los estudiantes tendrán oportunidad de participar en actividades físicas antes, durante y después de la escuela.
- Cuando sea posible se incorporarán actividades físicas en las clases; y
- Los maestros ofrecerán actividades físicas durante los descansos entre clases, según sea conveniente.

***Otras Actividades Escolares que Promuevan el Bienestar del Estudiante:*** El distrito integrará actividades de bienestar en toda la escuela, no sólo en la cafetería, en otros lugares disponibles para comer y los servicios para actividades físicas. El Distrito coordinará e integrará otras iniciativas relacionadas con la actividad física, la educación física, la nutrición y otros componentes de bienestar, para que todos los esfuerzos sean incrementados, no duplicados y trabajen hacia el mismo conjunto de metas y objetivos que promuevan el bienestar del estudiante, un desarrollo óptimo y resultados educativos favorables.

- Se le sugiere a las escuelas del Distrito a incluir en las áreas curriculares temas que promuevan la salud del estudiante, tales como enseñar conceptos de nutrición en el plan curricular asesorados por expertos del plan de estudio de la escuela o del Distrito.

Todos los esfuerzos relacionados con la obtención de reconocimientos federales, estatales, asociaciones, subsidios/fondos para ambientes escolares se coordinará y complementará con la póliza de salud y bienestar incluyendo pero no limitado a garantizar la participación del DWC/SWC.

Todos los eventos patrocinados por la escuela se adherirán a las normas de la póliza de salud y bienestar e incluirán actividades físicas. Cuando se tenga la oportunidad y sea conveniente ofrecer alimentos saludables.

## **II. Estándares de Nutrición**

### ***Comidas Escolares***

Los programas de comidas escolares tienen como objetivo mejorar la dieta y la salud de los niños en edad escolar, ayudar a disminuir la obesidad infantil, modelar la alimentación saludable para apoyar el desarrollo de modelos de alimentación saludable durante toda la vida y apoyar las opciones saludables y las necesidades dietéticas especiales.

- Todos los niños matriculados en nuestro Distrito pueden comer de forma gratuita y no se requiere ninguna aplicación.
- Todas las escuelas del distrito participarán en el programa de Almuerzos Escolares:
  - *Desayuno Escolar*
  - *Almuerzo Escolar Nacional*
  - *Entradas/Bocadillos Después de la Escuela*
- Todas las comidas, como mínimo, cumplen con el requisito del nuevo patrón alimenticio.
- Contarán con los servicios de agua potable para todos los estudiantes durante las comidas.

### ***Comidas y Bebidas Competitivas***

Los estándares de comidas y bebidas competitivas deben cumplir por lo menos con las normas de Entrada/Bocadillo Inteligente USDA. Estas normas se aplican a todas las comidas vendidas en los siguientes lugares:

*Alice Paul  
Celestino Fernández  
Cesar Chavez  
Colin L. Powell  
José Yopez  
Raul H. Castro*

- *Comida Casera.* Para apoyar las opciones de alimentos saludables y mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes, todos los alimentos y bebidas que lleve el estudiante a las instalaciones escolares cumplirán o excederán las normas de nutrición de Entrada/Bocadillo Inteligente USDA <http://www.fns.usda.gov/healthierschoolday/tools-schools-smart-snacks>
  - ❖ El Distrito le sugerirá a los padres a empacar almuerzos y bocadillos saludables y a abstenerse de incluir bebidas y alimentos que no cumplan con los estándares de nutrición arriba mencionados para alimentos y bebidas individuales.
  - ❖ **NO ESTA PERMITIDA LA COMIDA RAPIDA**

### ***Festividades y Condecoraciones***

Todos los alimentos que se proporcionen en la escuela cumplirán o excederán los estándares de nutrición de Entrada/Bocadillo Inteligente de USDA incluyendo:

- *Festividades y Reuniones.* El distrito proporcionará a los padres y maestros una lista de comidas saludables. Puede obtener más información en LA ALIANZA PARA UNA GENERACION MAS SANA del USDA.
- *Entadas/Bocadillos Que los Padres Pueden Traer a la Escuela.* El Distrito les proporcionará una lista de comidas y bebidas que cumplan con los estándares de nutrición de Entrada/Bocadillo Inteligente.
- *Recompensas e Incentivos.* El Distrito proporcionará a los maestros y al personal escolar una lista con diferentes maneras para recompensar al alumno. Por ningún motivo las comidas y bebidas podrán ser utilizadas como recompensa, escarmiento. Por ejemplo: Conducta o desempeño.

### ***Recaudaciones***

Los alimentos o bebidas que cumplan o excedan los estándares de nutrición de Entrada/Bocadillo Inteligente del USDA pueden ser vendidos a través de recaudadores de fondos en el plantel \*durante el día escolar\*. El Distrito pondrá a disposición de los padres y maestros una lista de artículos para recaudar fondos [ejemplos de LA ALIANZA PARA UNA GENERACION MAS SANA del USDA].

- *Eventos para Recaudar Fondos Exentos y Permitidos.* Deberán de ser eventos que no excedan de 5 días consecutivos y no más de 2 veces en el año escolar, con la autorización previa del representante de la escuela en este caso el Coordinador del Distrito NSLP.
- La solicitud de recaudación de fondos exentos deberá de ser presentada por lo menos 3 semanas antes del evento.

### ***Comercialización de Alimentos y Bebidas en las Escuelas***

La comercialización de alimentos y bebidas en las escuelas se considera como publicidad y propaganda.

La comercialización de alimentos y bebidas incluye, a menudo, anuncios con el propósito de promover la venta de un alimento o bebida hecha por el productor, fabricante o vendedor con un interés comercial en el producto. Todos los productos comercializados en el plantel deben como mínimo cumplir con los estándares de Entrada/Bocadillo Inteligente.

- Los alimentos y bebidas que se promuevan y comercialicen a los estudiantes en el plantel \*durante el día escolar\* cumplirán o excederán los estándares de nutrición de la Entrada/Bocadillo Inteligente del USDA de tal manera que sólo los alimentos que cumplan o excedan esas normas de nutrición pueden comercializarse o promoverse a los estudiantes.

### **III. Comité de Salud y Bienestar Escolar**

#### ***Rol y Membresía del Comité***

El Distrito convocará al comité de salud y bienestar para que se reúnan al menos 2 veces al año para establecer metas y supervisar las pólizas y programas de salud y seguridad de la escuela, incluyendo el desarrollo, implementación, revisión periódica y actualización de la póliza de salud y bienestar a nivel distrito.

- Los miembros del Comité de Salud y Bienestar del distrito representará e incluirá (en la medida que sea posible), pero no se limitará a: padres, tutores legales, estudiantes, representantes del programa de nutrición escolar (por ejemplo, el director de nutrición escolar); maestros de educación física, maestros de salud (ciencias) administradores de la escuela (por ejemplo: superintendente, director, subdirector), miembros del consejo de administración y al público en general. En la medida que sea posible el DWC incluirá representantes de cada escuela para reflejar la diversidad de la comunidad.
- El distrito está comprometido a responder a las observaciones de la comunidad que empiezan con la comprensión de la póliza de salud y bienestar. El Distrito se comunicará de manera activa con los representantes del Comité de Salud y Bienestar y otros que puedan participar en el desarrollo, implementación, revisión periódica y actualización de la póliza de Salud y Bienestar a través de una variedad de medios adecuados para ese distrito. El Distrito también informará a los padres de las mejoras que se han hecho a las comidas escolares y el acatamiento de los estándares de comidas escolares, la disponibilidad de los programas de nutrición infantil ,como aplicarlos y una descripción del cumplimiento de las normas de nutrición de Entrada/Bocadillo Inteligente. El Distrito El Distrito utilizará el sistema electrónico, como correo electrónico o anuncios en la página de internet del distrito. Enviando boletines e información a los padres, para asegurarse de que a las familias se les está informando constantemente de la implementación, actualización y como se puedan envolver y apoyar la póliza de salud y bienestar. El Distrito notificará al público anualmente, como mínimo, sobre el contenido o cualquier actualización a la póliza de salud y bienestar. El Distrito utilizará el sistema electrónico para informar a la comunidad sobre la disponibilidad de los reportes anuales y trienales.

## ***Liderazgo***

El Superintendente, el Coordinador del NSLP del Distrito y el coordinador de servicios estudiantiles convocarán al DWC y facilitará el desarrollo y actualización de la póliza de salud y bienestar y se asegurará que cada escuela cumpla con la póliza.

Los funcionarios designados para la supervisión son el Superintendente y el Director de Operaciones y Negocios.

Se puede comunicar con ellos al 520-294-6997 o en el 1840 E. Benson Highway, Tucson, AZ.85711.

<b>Nombre</b>	<b>Título / Relación con la Escuela o el Distrito</b>	<b>Correo Electrónico</b>	<b>Rol en el Comité</b>
Wayne Tucker o Designado	Superintendent	<a href="mailto:wtucker@ppep.org">wtucker@ppep.org</a>	Supervisor
Eva Ybarra o Designado	Director of Business Operations	<a href="mailto:eybarra@ppep.org">eybarra@ppep.org</a>	Supervisor
Anabel Robles	NSLP District Coordinator	<a href="mailto:arobles@ppep.org">arobles@ppep.org</a>	Facilitador
Jeffrey Mace	Student Service Coordinator	<a href="mailto:jmace@ppep.org">jmace@ppep.org</a>	Facilitador
Angelica Sanchez o Designado	Lead Teacher @ Cesar Chavez LC	<a href="mailto:asanchez@ppep.org">asanchez@ppep.org</a>	Miembro
Gloria Rodriguez o Designado	Lead Teacher @ Jose Yopez LC	<a href="mailto:grodriguez@ppep.org">grodriguez@ppep.org</a>	Miembro
Keith Greer o Designado	Lead Teacher @ Alice S. Paul LC	<a href="mailto:kgreer@ppep.org">kgreer@ppep.org</a>	Miembro
Steve Purkiss o Designado	Lead Teacher @ Celestino Fernandez	<a href="mailto:spurkiss@ppep.org">spurkiss@ppep.org</a>	Miembro
Anthony Reed o Designado	Lead Teacher @ Colin L. Powell LC	<a href="mailto:areed@ppep.org">areed@ppep.org</a>	Miembro
Will Fisher o Designado	Lead Teacher @ Raul H. Castro	<a href="mailto:wfisher@ppep.org">wfisher@ppep.org</a>	Miembro

***Cada escuela designará un coordinador de la póliza de salud y bienestar, quien se asegurará del cumplimiento de la misma.***

#### **IV. Implementación de la Póliza de Seguridad y Bienestar, Monitoreo, Responsabilidad y Compromiso con la Comunidad.**

##### *Implementación de la Póliza de Salud y Bienestar*

El Distrito desarrollará y mantendrá un plan de implementación para administrar y que se lleve a cabo esta póliza de salud y bienestar. En este plan se definen los roles, responsabilidades, acciones y plazos específicos a cada escuela. Incluye información sobre quién será responsable de hacer cambios, por cuanto tiempo, donde y cuando, así como cambios específicos en metas y objetivos de los estándares de nutrición para todos los alimentos y bebidas disponibles en el plantel, la publicidad en alimentos y bebidas, promoción y educación en nutrición, actividades físicas y otras actividades que promuevan el bienestar de los estudiantes. Se recomienda que la escuela utilice el Programa de Escuelas Saludables, (este programa está en el internet) para completar una evaluación a nivel escolar basada en el Índice de

Salud Escolar de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades, crear un plan de acción que fomente la implementación y genere un informe anual.

Esta póliza de Salud y Bienestar y sus reportes se pueden encontrar en:

<http://www.ppeptechs.org/wp-content/uploads/2015/08/PPEPTEC-WELLNESS-POLICY.pdf>

##### **Evaluaciones Trienales**

Por los menos una vez cada tres años, el Distrito evaluará el acatamiento de la póliza de salud y bienestar para valorar su implementación que incluirá:

- La descripción del progreso y logros obtenidos de la póliza de salud y bienestar.
- En la medida que las escuelas bajo la jurisdicción del distrito cumplen con la póliza de salud y bienestar.
- En la medida que la póliza de salud y bienestar del distrito se compare con la póliza de Alianza para una Generación Más Saludable; y

El Superintendente, el Coordinador de NSLP y el Coordinador de Servicios Estudiantiles serán responsable de llevar a cabo la evaluación trienal y su información es:

El DWC en colaboración con cada escuela, supervisará si las escuelas están cumpliendo con dicha póliza. La escuela notificará a los hogares/familias del informe trienal.



### ***Revisión y Actualización de la Póliza***

El Distrito actualizará y modificará la póliza de salud y bienestar cuando sea conveniente.

- El Distrito actualizará y modificará la póliza de salud y bienestar 1 vez por año/al final del año escolar.

### ***Notificación de la Póliza de Salud y Bienestar, Actualización, y Evaluación Trienal.***

El Distrito informará cada año a las familias y al público de cualquier actualización y cada tres años se les notificará por escrito su cumplimiento.

- El Distrito se asegurará que la póliza de salud y bienestar esté disponible al público cuando lo requieran por los siguientes medios: Correo electrónico, carta, paquete de inscripción.
- Los Informes anuales y sus actualizaciones pueden encontrarse en:  
<http://www.ppeptechs.org/enrollment-packet-student-handbook>
- El Distrito se encargará que la evaluación trienal esté disponible en:  
<http://www.ppeptechs.org/enrollment-packet-student-handbook>

*De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA.*

*Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas.*

*Para presentar una denuncia de discriminación, complete [el Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA](#), (AD-3027) que está disponible en línea en: [http://www.ascr.usda.gov/complaint\\_filing\\_cust.html](http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html) y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992 Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por: (1) correo: U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; (3) correo electrónico: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).*

*Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades*