



Boletín informativo de la Asociación de Padres y Maestros (PTA en inglés)

Agosto: ¿Qué son las normas de salud local?

Las normas de salud local

Quizás haya oído hablar de las normas de salud local (*Local Wellness Policy*) pero no está seguro de lo que significan. Estas políticas son directrices que fueron creadas para mejorar el ambiente de la salud y el bienestar de los estudiantes de cada escuela. Estas directrices se enfocan en dos puntos principales: Uno es asegurar que todos los alimentos y bebidas al alcance de los estudiantes durante el día escolar sean saludables. El otro es que los estudiantes tengan la oportunidad de estar activos físicamente durante las horas escolares.

El gobierno federal exige que cada distrito escolar tenga normas de salud local. Cada distrito en Carolina del Norte tiene una. Estas normas han estado en vigencia desde el año 2006.

Las normas de salud local de su distrito deben incluir:

- ◆ Metas relacionadas de educación nutricional, actividad física y otras actividades escolares. Estas metas deben fomentar la salud de los estudiantes.
- ◆ Guías sobre la nutrición que cada distrito escolar selecciona para todos los alimentos disponibles en las escuelas. Las directrices abarcan alimentos en la cafetería, en la tienda de la escuela y en otros lugares.
- ◆ Normas para todas las comidas escolares en la cafetería. El Departamento de Agricultura de Estados Unidos ha establecido normas de nutrición que todos los alimentos deben satisfacer. Estas tratan con el contenido de grasas, calorías y azúcares.
- ◆ Un plan para medir la implementación de las normas de salud local. Por lo menos una persona en el sistema escolar debe tener la responsabilidad de asegurar que las escuelas cumplan con las directrices. Preferiblemente, habrá una persona responsable en cada escuela.
- ◆ La participación de muchos grupos en el desarrollo de las normas de salud local. Éstos deben incluir grupos de padres y estudiantes. Además, deben participar representantes quienes tienen autoridad sobre las comidas en las escuelas, el consejo escolar, administradores de las escuelas, el profesorado y los miembros de la comunidad.

Las leyes de Carolina del Norte, determinan qué alimentos se pueden vender al mediodía y qué bocadillos se sirven para los refrigerios. También regulan las máquinas expendedoras de alimentos que están disponibles y lo que éstas contienen. Además, la ley de Carolina del Norte establece que todos los estudiantes, desde el kinder hasta el grado 8, deben recibir por lo menos 30 minutos de actividad física cada día escolar.

Como educadores, administradores y familias, todos podemos ayudar a poner en práctica las normas de salud local

Para obtener más información: (en inglés solamente)

www.NCActionForHealthyKids.org

www.eatsmartmovemorenc.com/programs_tools/school/successful_students.html

www.nutritionnc.com/ResourcesForSchools/index.htm