

G-3: Procedimientos Administrativos sobre Bienestar



REFERENCIAS

[Política G-3 del Consejo](#)

DEFINICIONES

Estas definiciones se proporcionan con el fin de aplicar estos procedimientos administrativos.

Campus escolar: Todas las áreas de la propiedad bajo la jurisdicción de la escuela a las que los estudiantes tienen acceso durante el día escolar.

Día escolar: El período desde la medianoche anterior hasta 30 minutos después del final del día escolar oficial.

PROCEDIMIENTOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN

I. Bienestar del Estudiante

- A. Cada escuela creará y mantendrá un ambiente positivo que promueva la salud física y mental de sus estudiantes.
 - 1. Fomentar de la salud y el bienestar de todos los estudiantes debe incluir aspectos que se centren en la educación física y la actividad, el entorno y los servicios de nutrición, la educación para la salud, la participación de la familia, la participación de la comunidad y el aprendizaje social y emocional.
 - a. Para obtener más información sobre el compromiso de la familia y participación de la comunidad, vea la Política C-1 del Consejo: El Compromiso de la Familia y de la Comunidad, y sus procedimientos administrativos.
 - b. Para obtener más información sobre la creación de un entorno positivo, social y emocional, vea las Políticas del Consejo y los procedimientos administrativos para: G-20: Acoso, Ciberacoso, Rituales de Iniciación y Demás Conductas Abusivas Prohibidas; G-21: Programas de Prevención del Suicidio Juvenil; I-10: Equidad y Defensa Educativa; S-3: Comportamiento y Disciplina de los Estudiantes.

II. Fomentar una Alimentación Nutritiva

Los estudiantes y el personal recibirán mensajes consistentes de nutrición a través de las escuelas, salones de clase, gimnasios y cafeterías.

- A. El distrito fomentará la comida saludable y opciones de bebidas para todos los estudiantes en todo el campus escolar, y también incentivará la participación en los programas de comidas escolares. El fomento se llevará a cabo a través de garantizar que el 100% de los alimentos y bebidas promovidos a los estudiantes cumplan con los estándares de nutrición del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés).

III. Educación Nutricional

El distrito enseñará, ejemplificará, animará y apoyará la alimentación saludable de todos los estudiantes.

- A. Se impartirá y promoverá la educación nutricional de manera continua e interdisciplinaria, como se indica a continuación:
 - 1. cada escuela se asegurará que se enseñe sobre salud básica en los grados K-12 como un curso básico requerido de Utah; y
 - 2. a través del uso de volantes, boletines informativos, afiches y/o debates en varias clases, las escuelas motivarán a los estudiantes a adoptar hábitos alimenticios saludables durante todo el día, tanto dentro como fuera de la escuela.
- B. Las escuelas brindarán educación nutricional que:
 - 1. esté diseñada para proporcionar a los estudiantes el conocimiento y las habilidades necesarias para promover y proteger su salud;
 - 2. no solo forme parte de las clases de educación para la salud, sino que también se integre a otras clases de educación en el aula a través de materias como matemáticas, ciencias, artes lingüísticas, historia, ciencias sociales y materias optativas;
 - 3. incluya actividades divertidas, apropiadas para el desarrollo, y que sean culturalmente relevantes y participativas, tales como demostraciones o clases de cocina, promociones, degustaciones, visitas a granjas y huertos escolares;
 - 4. promueva las frutas, verduras, productos integrales, productos lácteos bajos en grasa y sin grasa y métodos saludables de preparación de alimentos;
 - 5. enfatice el equilibrio calórico entre la ingesta de alimentos y el consumo de energía (promueva la actividad física/ejercicio);

6. que se vincule con programas de comidas escolares, actividades de fomento de la nutrición en cafeterías, huertos escolares, programas de la Granja a la Escuela (Farm to School), otros alimentos escolares y servicios comunitarios relacionados con la nutrición;
 7. enseñe educación mediática con énfasis en el mercadeo de alimentos y bebidas; y
 8. incluya capacitación en educación nutricional para maestros y otros miembros del personal.
- C. El distrito incluirá en el currículo para la salud un mínimo de 12 temas esenciales sobre alimentación saludable, de la siguiente lista:
1. Relación entre una alimentación sana, salud personal y la prevención de enfermedades.
 2. Orientación nutricional de [MyPlate](#)
 3. Leer y utilizar las etiquetas de información nutricional de la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés).
 4. Comer todos los días una variedad de alimentos.
 5. Equilibrar la ingesta de alimentos y la actividad física.
 6. Comer más frutas, verduras y productos integrales.
 7. Elegir alimentos bajos en grasa, en grasas saturadas y en colesterol y que no contengan grasas trans.
 8. Elegir alimentos y bebidas con poca azúcar añadida.
 9. Consumir alimentos más ricos en calcio.
 10. Preparar comidas y refrigerios saludables.
 11. Riesgos de las prácticas poco saludables para controlar el peso.
 12. Aceptar los diferentes tamaños de cuerpo.
 13. Seguridad alimentaria.
 14. La importancia de consumo agua.
 15. La importancia de desayunar.
 16. Tomar decisiones saludables al comer en restaurantes.
 17. Desórdenes alimenticios.
 18. [Pautas Alimentarias para los Estadounidenses](#)
 19. Reducir el consumo de sodio.
 20. Influencias sociales sobre una alimentación sana, incluyendo a los medios de comunicación, la familia, los compañeros y la cultura.
 21. Cómo encontrar información legítima o servicios relacionados con la nutrición y la conducta alimentaria.
 22. Cómo desarrollar un plan y un control del progreso hacia el logro de la meta personal de comer saludablemente.
 23. Oponerse a la presión de los compañeros que esté relacionada con la conducta alimentaria poco saludable.
 24. Influir, apoyar o defender la conducta alimentaria saludable de otros.

IV. Educación Física y Actividad Física

Se impartirá educación física apropiada y se promoverá la actividad física relacionada con la vida de los estudiantes fuera de esta clase, como se indica a continuación:

- A. Cada escuela se asegurará de enseñar educación física básica en los grados K al 12º.
 1. El juego de quemados "dodgeball" no es una actividad de educación física apropiada para los estudiantes, por lo tanto, está prohibido.
- B. Se fomentarán las actividades de educación física en otras áreas de contenido de estudio, en el hogar y en la comunidad en general.
- C. En nivel primario, los maestros de educación física serán certificados por el distrito.
 1. Todos los maestros de educación física participarán anualmente en los programas de certificación que se muestran a continuación:
 - a. métodos de enseñanza de educación física para nivel primario, 24 horas al año; y
 - b. certificación actualizada de primeros auxilios y reanimación cardiopulmonar (CPR, por sus siglas en inglés), la cual abarca capacitación sobre cómo usar correctamente un desfibrilador externo automatizado (AED, por sus siglas en inglés).
- D. En nivel secundaria, los maestros de educación física serán certificados de acuerdo a los estándares estatales.
- E. La inscripción en los cursos de educación física de secundaria no excederá el número de estudiantes que el espacio y el equipo puedan admitir de manera segura dentro de la escuela, incluso si un mayor número de estudiantes pudiera ubicarse fuera de ella.
- F. Las escuelas proporcionarán equipo y materiales apropiados para todos los estudiantes, para que participen de manera segura y plena en actividades de educación física.
- G. El tiempo asignado para educación/actividad física será de acuerdo con los estándares nacionales, que son 150 minutos por semana para los grados 1-6, y 225 minutos por semana para los grados 7-12.

- H. A todos los estudiantes de primaria se les permitirá un mínimo de 15 minutos de recreo cada día, sin incluir la hora programada para el almuerzo.
1. Los periodos diarios de recreo pueden ser programados para ser parte del tiempo de educación física y no serán usados sistemáticamente como una consecuencia de conducta o castigo.

V. Otras Actividades Escolares

Todas las actividades escolares serán congruentes con estos procedimientos de la siguiente manera:

- A. Los programas extracurriculares fomentarán la actividad física y la formación de hábitos saludables.
- B. Se considerarán los lineamientos de la política de bienestar del distrito cuando se planifiquen todas las actividades escolares, tales como eventos escolares, excursiones, bailes, asambleas, etc.
- C. En cada escuela se organizarán clínicas de bienestar, exámenes médicos e inscripción de niños con derecho a participar en Medicaid y otros programas estatales de seguro médico para apoyar la salud de todos los estudiantes.

VI. Alimentos y Bebidas que se Venden a los Estudiantes

Todos los alimentos y bebidas fuera de los programas de comidas escolares reembolsables que se vendan a los estudiantes en el campus escolar durante el día escolar cumplirán o superarán los estándares de nutrición de los Refrigerios Inteligentes del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés). Estas normas se aplicarán en todos los lugares y a través de todos los servicios en donde se venden alimentos y bebidas; que pueden incluir, pero no se limitan a, opciones a la carta en cafeterías, máquinas expendedoras, tiendas escolares y carritos de refrigerios o alimentos.

- A. Estándares de nutrición para todos los alimentos disponibles en el campus escolar
Todos los alimentos y bebidas disponibles para los estudiantes en el campus escolar serán de conformidad con las normas actuales para todos los alimentos vendidos en la escuela, según la Ley de Niños Saludables y Libres de Hambre del 2010, de la siguiente manera:
 1. Los alimentos vendidos en la escuela deben de:
 - a. ser un producto "rico en granos enteros";
 - b. tener como primer ingrediente una fruta, una verdura, un producto lácteo o un alimento proteínico;
 - c. ser un alimento combinado que contenga al menos ¼ de taza de fruta y/o verdura; o
 - d. si el agua es el primer ingrediente, el segundo ingrediente debe ser uno de los alimentos mencionados en los incisos a), b) o c) de la sección V.A.1 antes mencionada.
 2. Los alimentos que se venden en la escuela también deben cumplir con los siguientes requisitos nutricionales:
 - a. límites de calorías: refrigerios < 200 calorías; entradas ≤ 350 calorías;
 - b. límites de sodio - refrigerios ≤ 200 mg de sodio por unidad; entradas ≤ 480 mg;
 - c. límites de grasa - grasa total: ≤ 35% de calorías; grasas saturadas: < 10% de calorías; grasas trans: cero gramos; y;
 - d. límites de azúcar - ≤ 35% del peso de azúcares totales en alimentos.
 3. Otros requisitos nutricionales:
 - a. Acompañamientos tales como queso crema, aderezo para ensaladas y mantequilla deben incluirse en el perfil nutricional como parte del producto alimenticio vendido. Esto ayuda a controlar la cantidad de calorías, grasa, azúcar y sodio que se agregan a los alimentos mediante acompañamientos, los cuales pueden ser significativos.
 - b. Los refrigerios en el salón de clases ofrecerán opciones saludables.
 - c. La información sobre alimentos y bebidas que se muestran en la cafetería de la escuela será consistente con los estándares de nutrición establecidas.
 - d. Ninguna actividad, evento o fiesta escolar impedirá el acceso de los estudiantes a un almuerzo o desayuno nutricionalmente balanceado.
- B. Estándar Nutricional para las Bebidas que Todas las Escuelas Pueden Vender
 1. Todas las escuelas pueden vender:
 - a. agua potable (con o sin gas);
 - b. leche baja en grasa, no saborizada;
 - c. leche descremada no saborizada o saborizada y productos derivados de la leche permitidos por el Programa Nacional de Almuerzo Escolar/Programa de Desayuno Escolar;
 - d. jugo de frutas o vegetales 100% natural; y
 - e. jugo de frutas o vegetales 100% natural diluido en agua (con o sin gas), sin endulzantes añadidos.
 2. Tamaños de porción permitidos:
 - a. No hay límite de tamaño de porción para el agua potable.
 - b. Las escuelas primarias pueden vender porciones de hasta 8 onzas de las bebidas de leche y jugos mencionadas anteriormente.

- c. Las escuelas secundarias y básicos pueden vender porciones de hasta 12 onzas de las bebidas de leche y jugos mencionadas anteriormente.
- d. Las escuelas secundarias pueden vender:
 - i. no más de 20 onzas de las siguientes opciones de bebidas "sin calorías" y "bajas en calorías":
 - a) agua saborizada y sin calorías (con o sin gas); y
 - b) otras bebidas saborizadas y/o con gas que estén etiquetadas, que contengan ≤ 5 calorías por 8 onzas líquidas o ≤ 10 calorías por 20 onzas líquidas;
 - c) no más de 12 onzas de bebidas con ≤ 40 calorías por 8 onzas líquidas, o ≤ 60 calorías por 12 onzas líquidas.

VII. Celebraciones y Premios

- A. Todos los alimentos ofrecidos en el campus escolar deben cumplir o superar los estándares de nutrición de los Refrigerios Inteligentes de las Escuelas del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés), incluyendo los alimentos que se ofrecen:
 - 1. durante celebraciones y fiestas;
 - a. el departamento de nutrición infantil puede proporcionar a los padres y maestros una lista de ideas saludables para las fiestas, incluyendo ideas para celebraciones que no estén relacionadas con la comida;
 - 2. por medio de los padres, como refrigerios en el aula; y
 - 3. como recompensas e incentivos.

VIII. Recaudación de Fondos

- A. Los alimentos y bebidas que cumplen o superan los estándares de nutrición de Refrigerios Inteligentes de las Escuelas del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) pueden venderse a través de recaudaciones de fondos en el campus escolar durante el día escolar.
 - 1. Existe una excepción especial para la venta de comida y bebidas que no cumplen con los estándares de nutrición relacionada con eventos poco frecuentes de recaudación de fondos patrocinados por la escuela que se llevan a cabo durante el día escolar. No puede haber más de tres eventos de recaudación de fondos por año y por escuela.
 - a. No se pueden vender alimentos o bebidas especialmente exentos para recaudar fondos que compitan con las comidas escolares en el área de servicio de alimentos durante el período de comidas.
 - b. Las clases de educación vocacional y técnica pueden solicitar que se hagan excepciones adicionales.
 - 2. Las escuelas deben fomentar los eventos para recaudar fondos que no estén relacionados con la comida y aquellos que promuevan la actividad física (tales como maratones de caminata, maratones de saltar cuerda, carreras por diversión, etc.).
 - 3. Las recaudaciones de fondos que se realizan después del día escolar pueden vender alimentos y bebidas que no cumplen con los estándares de nutrición descritas en estos procedimientos.

IX. Ambiente Alimenticio

El ambiente escolar será seguro, cómodo, agradable, y permitirá suficiente tiempo y espacio para comer; no se empleará la comida y/o actividad física como premio o castigo, por el contrario:

- A. Se alentará a los estudiantes a que comiencen cada día con un desayuno saludable.
- B. A los estudiantes se les dará un tiempo adecuado para comer su desayuno y almuerzo en la escuela, al menos 10 minutos para desayuno y 20 minutos para el almuerzo, a partir del momento en que el estudiante se siente a comer.
- C. Los períodos de almuerzo se programarán lo más cerca posible al mediodía. Los períodos de almuerzo no serán programados al final de un día escolar corto.
- D. Las escuelas primarias programarán el recreo antes del almuerzo o implementarán un horario estructurado que asegure que los niños no sean presionados para comer y correr.
- E. Las áreas de la cafetería proporcionarán suficientes filas de servicio para asegurar que los estudiantes no pasen más de siete minutos esperando en la fila para recibir la comida de la escuela.
- F. Se alentará a los empleados de la escuela, al comité estudiantil y a los miembros de la comunidad a recompensar el comportamiento de los estudiantes con artículos que no sean comida. Se recomienda la participación de los estudiantes a nivel de secundaria.
- G. Las rutas de los autobuses y los horarios de las escuelas se coordinarán para permitir que los estudiantes tengan tiempo suficiente antes de clase para participar en el Programa Nacional de Desayuno Escolar.
- H. Los estudiantes de pre-kínder hasta el 12º grado serán responsables de limpiar después de haber desayunado y almorzado. Los estudiantes guardarán las bandejas y desecharán la basura correctamente para mantener limpia el área.

X. Mercadeo de Alimentos y Bebidas en las Escuelas

- A. El distrito permite la publicidad y el mercadeo de aquellos alimentos y bebidas que se pueden vender en el campus escolar, de acuerdo con la política de Bienestar del Consejo y estos procedimientos.
- B. Cualquier comida y bebida vendida o promocionada a los estudiantes en el campus escolar durante el día escolar deberá cumplir o superar los estándares de nutrición de los Refrigerios Inteligentes de las Escuelas del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA)
- C. El mercadeo de alimentos y bebidas se define como la publicidad y otras promociones en las escuelas. El mercadeo de alimentos y bebidas a menudo incluye mensajes orales, escritos o gráficos con el fin de promover la venta de alimentos o bebidas hechos por el productor, fabricante, vendedor o cualquier otra entidad con un interés comercial en el producto. Este término incluye, pero no se limita a lo siguiente:
 - 1. nombres de marcas, marcas registradas, logotipos o etiquetas, excepto cuando se colocan en un alimento o una bebida físicamente presente o en su envase;
 - 2. visualizaciones, como en el exterior de las máquinas expendedoras;
 - 3. la marca, el logotipo, el nombre o la marca comercial de la empresa en el equipo de la escuela, como carpas, cartelera de anuncios, marcadores o tableros;
 - a. El reemplazo inmediato de estos objetos no es obligatorio; sin embargo, las escuelas deben reemplazar o actualizar los marcadores u otros equipos duraderos cuando los contratos actuales están pendientes de renovación o cuando sea financieramente posible con el tiempo, de modo que los artículos cumplan con la política de mercadeo.
 - 4. marca corporativa, logotipo, nombre o marca comercial en vasos utilizados para servir bebidas, pizarras de menús, refrigeradores, botes de basura y otros equipos de servicio de alimentos; como también los pósters, cubierta de libros, libros de asignación de alumnos o suministros escolares exhibidos, distribuidos, ofrecidos o vendidos por el distrito;
 - 5. anuncios en las publicaciones o en el correo de la escuela; y
 - 6. muestras gratuitas, degustaciones o cupones o muestras gratuitas de publicidad de un producto.
- D. Ya que el departamento de nutrición infantil, los departamentos de deportes de la escuela y/o el departamento de compras revisa los contratos vigentes y evalúa los nuevos contratos, los equipos y las decisiones de compra (y reemplazo) de productos, deben reflejar los lineamientos de mercadeo pertinentes, según lo establecido por estos procedimientos.

XI. Funcionamiento de la Nutrición Infantil

Los programas de nutrición infantil estarán disponibles para todos los estudiantes, y deben cumplir con los requisitos federales, estatales y locales (vea la Política G-6 del Consejo : Nutrición Infantil y Administración de Servicios Alimenticios). El departamento de nutrición infantil desarrollará un plan coordinado e integral de promoción y precios para asegurar la participación máxima en programas federales de comidas escolares; por ejemplo, almuerzo y desayuno escolar, refrigerio después de la escuela y servicio de comidas de verano.

XII. Seguridad/Protección Alimentaria

Todos los alimentos que el departamento de nutrición infantil ponga a disposición de los campus escolares cumplirán con las normas de seguridad alimenticia, incluyendo el cumplimiento de los reglamentos federales, estatales y locales de seguridad alimentaria y saneamiento. Los alimentos proporcionados fuera de los servicios de nutrición infantil se vuelven responsabilidad de la administración escolar, con la supervisión del Consejo de la Comunidad Escolar (SCC, por sus siglas en inglés). El acceso a la operación de servicio de alimentos debe limitarse únicamente al personal de nutrición infantil y al personal autorizado.

XIII. Implementación y Evaluación

El superintendente o la persona encargada nombrará un comité de bienestar del distrito para monitorear de manera regular la eficacia general de la política del consejo y estos procedimientos administrativos, además de recomendar modificaciones a la política y/o procedimientos que tengan un impacto positivo en la salud del estudiante. El Consejo de la Comunidad Escolar será nombrado para supervisar la implementación y evaluación de la política de bienestar del consejo y estos procedimientos administrativos en cada escuela, de la siguiente manera:

- A. Comité de bienestar del distrito: El comité de bienestar del distrito incluirá a padres, estudiantes, director del departamento de nutrición infantil, especialista del distrito en estilos de vida saludables, profesionales de la salud escolar y representantes del consejo escolar, administradores escolares, maestros, empleados clasificados y el público en general. El propósito del comité de bienestar del distrito es el siguiente:
 - 1. monitorear regularmente la efectividad en general de la política de bienestar del consejo;
 - 2. destacar las áreas que necesitan cambios a futuro; y
 - 3. recomendar modificaciones a la política y/o al procedimiento administrativo que tengan un impacto positivo en la salud del estudiante.
- B. CONSEJO DE LA COMUNIDAD ESCOLAR: El administrador de la escuela o su representante, con la supervisión del Consejo de la Comunidad Escolar, se asegurará de que estos procedimientos administrativos se cumplan en el campus escolar de la siguiente manera:

1. Una o más personas en la escuela serán designadas y encargadas de la responsabilidad operacional para asegurar que la escuela siga estos procedimientos y la política del consejo correspondiente.
2. Anualmente, cada empleado de la escuela revisará y estará de acuerdo en cumplir estos procedimientos administrativos y la política del consejo correspondiente.
3. El cumplimiento de estos procedimientos, por parte de la escuela, será evaluado anualmente por la persona designada en el establecimiento y se entregará un registro escrito de cumplimiento al Consejo de la Comunidad Escolar para su evaluación.
4. La escuela entregará por escrito una copia del registro de cumplimiento aprobado al superintendente, o a la persona designada, y al Consejo Educativo antes de finalizar cada año escolar.
5. Se incluirá un informe anual de las metas y el progreso hacia la implementación de estos procedimientos en el plan de equidad y excelencia, también conocido como el plan de mejoramiento escolar.

XIV. Notificación Anual de la Política

- A. Cada año, el distrito proporcionará a las familias y al público información básica sobre estos procedimientos y la política del consejo. El distrito pondrá esta información a disposición del público a través de su página web y/o a través de sus comunicados.
- B. El distrito proporcionará a las familias toda la información posible sobre el ambiente de nutrición en la escuela. Esto incluirá un resumen de cualquier evento o actividad del distrito relacionada con la implementación de la política de bienestar.
- C. Anualmente, el distrito también publicará el nombre y la información de contacto de los empleados que dirigen y coordinan el comité de bienestar, así como información sobre cómo el público puede involucrarse con el comité.

XV. Evaluaciones Trienales sobre los Progresos Realizados

- A. Por lo menos una vez cada tres años, el distrito evaluará el cumplimiento de la política de bienestar y estos procedimientos, de acuerdo con las leyes estatales y federales.
- B. La persona responsable de administrar la evaluación trienal es el director de programas de nutrición infantil del distrito. Puede comunicarse con el director al 801-974-8365.
- C. El comité de bienestar del distrito, en colaboración con las escuelas particulares, supervisará el cumplimiento de las escuelas con la política de bienestar y estos procedimientos.
- D. El distrito notificará de manera anticipada a los hogares/familias de la disponibilidad del informe trienal sobre el progreso.

XVI. Registro

- A. El distrito guardará registros para documentar el cumplimiento de los requisitos de la política de bienestar en el Departamento de Nutrición Infantil, Beardslay Place, 995 West 2480 South, Salt Lake City, Utah 84119, y/o en el página web del distrito. La documentación almacenada en este lugar incluirá, pero no se limitará a:
 1. la política de bienestar escrita y en estos procedimientos administrativos;
 2. documentación que demuestre que estos procedimientos y la política correspondiente han sido puestos a disposición del público;
 3. documentación de los esfuerzos para revisar y actualizar la política de bienestar y estos procedimientos; incluyendo una indicación de quién está involucrado en la actualización y los métodos que el distrito utiliza para que las partes interesadas sean conscientes de su capacidad para participar en el comité de bienestar del distrito;
 4. documentación para demostrar el cumplimiento de los requisitos de notificación pública anual;
 5. la evaluación más reciente sobre la implementación de la política de bienestar y estos procedimientos;
 6. documentación que demuestre que la evaluación más reciente se ha hecho pública.