



PHARR-SAN JUAN-ALAMO INDEPENDENT SCHOOL DISTRICT  
**SCHOOL HEALTH ADVISORY COUNCIL MEETING**  
11:30 a.m., Wednesday, February 21, 2024  
PSJA Napper Elementary School, Napper Training Center  
Sulema Solis, Director of Health Services/School Health Advisory Coordinator

**Agenda**


- I. Call to Order/Welcome
- II. Minutes
- III. Health Services
  - a. Standard Response Protocol (SRP)
  - b. Texas Vaccines For Children (TVFC)
  - c. Human Papillomavirus Numbers (HPV)
  - d. It's Time Texas Community Challenge January 8 - March 3, 2024
- IV. University of Texas Medical Branch
  - a. School-Based HPV Vaccination Program Updates
  - b. MD Anderson Pilot Program-Prevencción En Sus Manos
- V. PSJA Police Department
  - a. Safety & Facilities Grant
  - b. Guardian Program
- VI. Question and Committee Comments
- VII. Adjournment

**REGISTER FOR THE COMMUNITY CHALLENGE!**

Register and compete in the Community Challenge by downloading the app. Log your daily healthy habits like drinking water, going for a walk and eating a healthy snack so you can earn points and prizes.

**Did you participate last year?**  
You do not need to re-register. Simply login to the Community Challenge app! If you want to change the Community, School District, School, and/or Organization you represent you can do so by editing the user tags on your profile.

*Don't remember your password? Select "Forgot Password" and follow the instructions to reset your password.*



**Register**



QR Code for SHAC Minutes 1-17-2024

Pharr-San Juan-Alamo Independent School District  
SCHOOL HEALTH ADVISORY COUNCIL MEETING  
January 17, 2024  
MINUTES

**I. Call to Order/Welcome**

The meeting was called to order at 11:40 a.m. Ms. Sulema Solis welcomed and thanked everyone present for today's meeting.

**II. Minutes**

The committee reviewed the minutes from the last meeting. The minutes were approved and will be posted on the Health Services website.

**III. Health Services**

Ms. Sulema Solis informed the committee of upcoming immunization dates, times and locations of clinics that would be taking place at different campuses. Ms. Solis also informed the committee of Health on Wheels Events taking place once a month at different places around the community. Ms. Solis also shared about two upcoming Health Fairs that will be taking place next month and encouraged all the parents to attend. Ms. Solis also informed the committee that they may be receiving follow-up calls regarding state mandated health screenings. Ms. Solis encouraged the parents to please follow up with their campus nurse if they receive a phone call.

**IV. Physical Education Coordinator/Sub-committee**

Coach Arturo De Hoyos who is the Physical Education Coordinator began his presentation by having each member of the sub-committee introduce themselves and the campus they are affiliated with starting with Leticia Gomez-President, Amanda De Leon-Vice-President, Monica Villegas-Secretary, Socorro Martinez-member, Martin Gow-member, Leslie Rojas-member, and Manny Martinez-member.

**a. Recess (What is Recess?)**

Coach De Hoyos preceded to give the definition of recess to the committee stating the following: Recess is a regularly scheduled period in the school day for physical activity and play that is monitored by trained staff or volunteers. During recess, students are encouraged to be physically active and engaged with their peers in activities of their choice, at all grade levels, kindergarten through 12<sup>th</sup> grade.

**b. Survey**

Coach De Hoyos also shared with the committee that a survey was provided regarding recess in elementary schools and in middle schools. The questions that were asked for the surveys were: How much time does your school devote to recess daily? Has the time devoted to recess increased or decreased this year? Is recess structured or unstructured at your school? If recess is part of the daily schedule, may a teacher/staff member keep a student from participating in recess for academic or discipline reasons? How is recess provided during inclement weather? If you selected other on question #5, please elaborate. Do you believe that recess is a necessary part of the school day? Coach De Hoyos then proceeded to share the findings of the survey.

**c. Disadvantages of not having Recess**

He also shared with the committee that recess has cognitive, psychological, and physical health benefits. He informed the committee that if a recess policy is created then greater health outcomes are created as well as academic performance and lower health costs. Coach De Hoyos shared that research shows that 1 in 4 students miss out on recess. 24.1% of elementary schools in Texas did not provide recess. 29% of Texas children engage in physical activity for more than 20 min. a day. 36.6% of Texas children ages (10-17 yrs.) are overweight or obese. In PSJA alone 51% of children are overweight. If the issue is not resolved in childhood, it can lead to lifelong health issues such as adult overweight and obesity. The hospital cost for Texas children annually is \$237.6 million dollars. Coach De Hoyos also shared the research that states children without recess have a higher risk of developing depression and anxiety.

Children have one cognitive task after another. This can raise stress levels and increase the risk for developing anxiety. Children without recess have decreased academic performance. Children are less focused and more likely to have behavioral problems during class.

**d. Advantages and Benefits of Recess**

Coach De Hoyos then proceeded to have the committee participate in acting out a story in which on cue of certain words there was an action that needed to be performed, for example, hands up and balance on one knee. Coach De Hoyos then shared research that showed how after 20 minutes of activity that activates the brain and promotes happiness. He also shared additional research that states increased physical activity reduces the risk of developing chronic illness. Recess allows children to get closer to achieving the recommended 60 min. of daily activity. Recess lowers the risk of developing obesity, diabetes, heart disease, high blood pressure, high cholesterol, and asthma as well as reducing the risk of developing depression and anxiety which can help improve self-esteem and overall happiness. Recess gives children a break from academic pressure and reduces stress levels. Unstructured recess allows students to develop their own games and choose how to manage their time. They are being creative and active while interacting with peers. Children who are physically active are more likely to succeed academically and have better attendance at school. Children who are within the Healthy Fitness Zone standards for cardiovascular health and body mass index (BMI) are more likely to have improved test scores, better attendance, and fewer disciplinary actions than children who do not meet these Healthy Fitness Zone standards. He also shared how the country of Finland only has 4.5 hour school days and 22.5 hours per week are attributed to ethics/recess while 15 hours are attributed to academics and they are ranked 5<sup>th</sup> in reading, 12<sup>th</sup> in math, and 6<sup>th</sup> in science; while the United States has a 7 hour school day that consists of 35 hours of no recess or ethics and 30 hours to academics and is ranked globally 21<sup>st</sup> in reading, 31<sup>st</sup> in math, and 24<sup>th</sup> in science. In Dallas, Texas a research study is taking place where they have 3 daily, 15 min. recess periods and they have seen a significant rise in both reading and math scores and students are more disciplined and focused. Recess improves physical health and could offset healthcare costs. In Texas obesity costs healthcare over 1.4 billion a year. Coach had committee participate in one more activity where the committee had to do the exercise associated with the correct answer of a math problem. He then concluded his presentation by stating that recess can create life-long habits that improve a long-term health outcome. CDC recommends 60 min. a day of physical activity for children through PE, incorporating recess, and after school programs. This will allow children to establish healthy habits.

**V. Nature as a Health Initiative in Schools**

Ms. Marisa Oliva began her presentation by stating the goal and vision of her non-profit organization Texas Children in Nature Network (TCiNN). TCiNN works to ensure equitable access and connection to nature for all children in Texas. The vision is that Texas children and their families, from all walks of life, will spend more time outdoors, engaging with nature for a healthier, happier, and smarter Texas. Ms. Oliva shared why it is important for children to have time outdoors: they are healthier physically and mentally, do better in school, have higher self-esteem, have good self-discipline, feel more capable and confident, are good problem solvers, are more cooperative with others, are more creative, feel connected to nature, and are tomorrow's conservation leaders. TCiNN have several healthy nature interventions which include: green school yards which are outdoor spaces that can be enjoyed by kids, families, and neighbors during out-of-school time; recess policy which would ensure as Coach De Hoyos mentioned earlier increasing physical activity, improving their memory, attention, and concentration, help students stay on task in the classroom, reducing disruptive behavior in the classroom, and improving social and emotional development; and Ole! Texas is a statewide initiative to integrate healthy, outdoor learning spaces into early childcare and education programs. This initiative also helps children be more active while they play, discover, and connect with nature. Ms. Oliva also shared some resources of child friendly native plants of the Rio Grande Valley as well as the LEAP which is a program that allows families an educational nature experience where parents are

able to check out a nature pack at a local city library that has 11 different themes and a state park pass as well as field guides, activity books, nature journal, tools and equipment, survey, and regional information.

**VI. Next Meeting Dates:**

Wednesday, February 21, 2024-Host: Health Services/Police-Sulema Solis, MSN, FNP-C/Chief Garcia

**VII. Question and Committee Comments**

**VIII. Adjournment**

Sulema Solis thanked everyone for coming. The meeting was adjourned at 1:15 p.m.

Distrito Escolar Independiente de Pharr-San Juan-Alamo  
REUNIÓN DEL CONSEJO ASESOR DE SALUD ESCOLAR  
17 de enero de 2024

**ACTA**

**I. Llamada al Orden/Bienvenida**

Se abre la sesión a las 11:40 a.m. La Sra. Sulema Solís dio la bienvenida y agradeció a todos los presentes por la reunión de hoy.

**II. Acta**

El comité revisó las actas de la última reunión. Las actas fueron aprobadas y se publicarán en el sitio web de los Servicios de Salud.

**III. Servicios de salud**

La Sra. Sulema Solís informó al comité de las próximas fechas, horarios y lugares de inmunización de las clínicas que se llevarán a cabo en diferentes campus. La Sra. Solís también informó al comité de los eventos de Salud sobre Ruedas que se llevan a cabo una vez al mes en diferentes lugares de la comunidad. La Sra. Solís también compartió sobre dos próximas Ferias de Salud que se llevarán a cabo el próximo mes y animó a todos los padres a asistir. La Sra. Solís también informó al comité que es posible que estén recibiendo llamadas de seguimiento con respecto a los exámenes de salud exigidos por el estado. La Sra. Solís animó a los padres a que por favor hagan un seguimiento con la enfermera de su escuela si reciben una llamada telefónica.

**IV. Coordinador/Subcomité de Educación Física**

El entrenador Arturo De Hoyos, quien es el Coordinador de Educación Física, comenzó su presentación haciendo que cada miembro del subcomité se presentara a sí mismo y al campus al que están afiliados, comenzando con Leticia Gómez, Presidenta, Amanda De León, Vicepresidenta, Mónica Villegas, Secretaria, Socorro Martínez, miembro de Martin Gow, Leslie Rojas, miembro y Manny Martínez, miembro.

**a. Recreo (¿Qué es el recreo?)**

El entrenador De Hoyos dio la definición de recreo al comité indicando lo siguiente: El recreo es un período programado regularmente en el día escolar para la actividad física y el juego que es monitoreado por personal capacitado o voluntarios. Durante el recreo, se anima a los estudiantes a estar físicamente activos y a participar con sus compañeros en actividades de su elección, en todos los niveles de grado, desde el jardín de infantes hasta el 12º grado.

**b. Encuesta**

El entrenador De Hoyos también compartió con el comité que se proporcionó una encuesta sobre el recreo en las escuelas primarias y en las secundarias. Las preguntas que se hicieron para las encuestas fueron: ¿Cuánto tiempo dedica su escuela al recreo diariamente? ¿Ha aumentado o disminuido el tiempo dedicado al recreo este año? ¿El recreo está estructurado o no está estructurado en su escuela? Si el recreo es parte del horario diario, ¿puede un maestro/miembro del personal impedir que un estudiante participe en el recreo por razones académicas o disciplinarias? ¿Cómo se proporciona el recreo durante las inclemencias del tiempo? Si seleccionó otro en la pregunta # 5, por favor explíquelo. ¿Crees que el recreo es una parte necesaria de la jornada escolar? Luego, el entrenador De Hoyos procedió a compartir los hallazgos de la encuesta.

**c. Desventajas de no tener Recreo**

También compartió con el comité que el recreo tiene beneficios cognitivos, psicológicos y de salud física. Informó al comité que si se crea una política de recreo, se crean mejores resultados de salud, así como un rendimiento académico y menores costos de salud. El entrenador De Hoyos compartió que las investigaciones muestran que 1 de cada 4 estudiantes se pierde el recreo. El 24.1% de las escuelas primarias en Texas no ofrecían recreo. El 29% de los niños de Texas realizan actividad física durante más de 20 minutos al día. El 36.6% de los niños de Texas (10-17 años) tienen sobrepeso u obesidad. Solo en

el caso de la APS, el 51% de los niños tienen sobrepeso. Si el problema no se resuelve en la infancia, puede provocar problemas de salud de por vida, como el sobrepeso y la obesidad en la edad adulta. El costo hospitalario anual para los niños de Texas es de \$237.6 millones de dólares. El entrenador De Hoyos también compartió la investigación que afirma que los niños sin recreo tienen un mayor riesgo de desarrollar depresión y ansiedad. Los niños tienen una tarea cognitiva tras otra. Esto puede elevar los niveles de estrés y aumentar el riesgo de desarrollar ansiedad. Los niños sin recreo tienen un rendimiento académico disminuido. Los niños están menos concentrados y son más propensos a tener problemas de comportamiento durante la clase.

#### **d. Ventajas y beneficios del recreo**

Luego, el entrenador De Hoyos procedió a hacer que el comité participara en la representación de una historia en la que, a partir de ciertas palabras, había una acción que debía realizarse, por ejemplo, las manos en alto y el equilibrio sobre una rodilla. Luego, el entrenador De Hoyos compartió una investigación que mostró cómo después de 20 minutos de actividad eso activa el cerebro y promueve la felicidad. También compartió investigaciones adicionales que afirman que el aumento de la actividad física reduce el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas. El recreo permite que los niños se acerquen a alcanzar los 60 minutos recomendados de actividad diaria. El recreo reduce el riesgo de desarrollar obesidad, diabetes, enfermedades cardíacas, presión arterial alta, colesterol alto y asma, además de reducir el riesgo de desarrollar depresión y ansiedad, lo que puede ayudar a mejorar la autoestima y la felicidad en general. El recreo les da a los niños un descanso de la presión académica y reduce los niveles de estrés. El recreo no estructurado permite a los estudiantes desarrollar sus propios juegos y elegir cómo administrar su tiempo. Son creativos y activos mientras interactúan con sus compañeros. Los niños que son físicamente activos tienen más probabilidades de tener éxito académico y tener una mejor asistencia a la escuela. Los niños que se encuentran dentro de los estándares de salud cardiovascular e índice de masa corporal (IMC) de la Zona de Aptitud Física Saludable tienen más probabilidades de tener mejores puntajes en los exámenes, mejor asistencia y menos acciones disciplinarias que los niños que no cumplen con estos estándares de la Zona de Aptitud Física Saludable. También compartió cómo el país de Finlandia solo tiene 4.5 horas de jornada escolar y 22.5 horas por semana se atribuyen a la ética/recreo, mientras que 15 horas se atribuyen a lo académico y ocupan el 5º lugar en lectura, el 12º en matemáticas y el 6º en ciencias; mientras que Estados Unidos tiene una jornada escolar de 7 horas que consiste en 35 horas sin recreo ni ética y 30 horas para lo académico y ocupa el puesto 21 a nivel mundial en lectura, el 31 en matemáticas y el 24 en ciencias. En Dallas, Texas, se está llevando a cabo un estudio de investigación en el que tienen 3 períodos de recreo diarios de 15 minutos y han visto un aumento significativo en los puntajes de lectura y matemáticas y los estudiantes son más disciplinados y concentrados. El recreo mejora la salud física y podría compensar los costos de atención médica. En Texas, la obesidad cuesta más de 1.400 millones de dólares al año. El entrenador hizo que el comité participara en una actividad más en la que el comité tenía que hacer el ejercicio asociado con la respuesta correcta de un problema matemático. Luego concluyó su presentación afirmando que el recreo puede crear hábitos para toda la vida que mejoran un resultado de salud a largo plazo. Los CDC recomiendan 60 minutos al día de actividad física para los niños durante la educación física, incorporando el recreo y los programas extracurriculares. Esto permitirá que los niños establezcan hábitos saludables.

#### **V. La naturaleza como iniciativa de salud en las escuelas**

La Sra. Marisa Oliva comenzó su presentación exponiendo el objetivo y la visión de su organización sin fines de lucro Texas Children in Nature Network (TCiNN). TCiNN trabaja para garantizar el acceso equitativo y la conexión con la naturaleza para todos los niños de Texas. La visión es que los niños de Texas y sus familias, de todos los ámbitos de la vida, pasen más tiempo al aire libre, interactuando con la naturaleza para lograr un Texas más saludable, feliz e inteligente. La Sra. Oliva compartió por qué es importante que los niños pasen tiempo al aire libre: están más sanos física y mentalmente, les va mejor en la escuela, tienen una

autoestima más alta, tienen una buena autodisciplina, se sienten más capaces y seguros, son buenos para resolver problemas, cooperan más con los demás, son más creativos, se sienten conectados con la naturaleza y son los líderes de conservación del mañana. TCiNN tiene varias intervenciones de naturaleza saludable que incluyen: patios escolares verdes que son espacios al aire libre que pueden ser disfrutados por niños, familias y vecinos durante el tiempo fuera de la escuela; política de recreo que garantizaría, como mencionó anteriormente el entrenador De Hoyos, aumentar la actividad física, mejorar su memoria, atención y concentración, ayudar a los estudiantes a mantenerse enfocados en la tarea en el aula, reducir el comportamiento disruptivo en el aula y mejorar el desarrollo social y emocional; y Ole! Texas es una iniciativa estatal para integrar espacios saludables de aprendizaje al aire libre en los programas de cuidado y educación de la primera infancia. Esta iniciativa también ayuda a los niños a ser más activos mientras juegan, descubren y se conectan con la naturaleza. La Sra. Oliva también compartió algunos recursos de plantas nativas amigables para los niños del Valle del Río Grande, así como el LEAP, que es un programa que permite a las familias una experiencia educativa en la naturaleza donde los padres pueden sacar un paquete de naturaleza en una biblioteca local de la ciudad que tiene 11 temas diferentes y un pase para el parque estatal, así como guías de campo. libros de actividades, diario de naturaleza, herramientas y equipos, encuestas e información regional.

**VI. Fechas de las próximas reuniones:**

Miércoles, 21 de febrero de 2024-Anfitrión: Servicios de Salud/Policía-Sulema Solís, MSN, FNP-C/Jefe García

**VII. Preguntas y comentarios del Comité**

**VIII. Aplazamiento**

Sulema Solís agradeció a todos por asistir. Se levanta la sesión a las 13:15 horas.