

**PROGRAMA PARA ALCANZAR EL BIENESTAR
DESARROLLADO POR
EL CONSEJO COORDINADO DEL DISTRITO PARA LA SALUD ESCOLAR
DEL DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE LOS ANGELES**

INFORMACIÓN GENERAL

Los estudiantes y las familias del Distrito Escolar Unificado de Los Angeles (LAUSD) se enfrentan a riesgos de salud cada vez mayores que pueden afectar su bienestar y a la larga la calidad y el tiempo que tengan de vida. El LAUSD está comprometido a proporcionar un entorno en el cual los estudiantes puedan aprender a tomar decisiones sanas para tener toda una vida saludable. Por lo tanto, la Junta de Educación del LAUSD adoptó la Política de Bienestar la cual se enfoca en el bienestar de los estudiantes de cada una de las escuelas del Distrito. Este programa se enfoca en la Política del Bienestar. Las siguientes son estadísticas de investigación en las áreas de Servicios de Nutrición, Educación Física, Educación de la Salud, Orientación Psicopedagógica, así como Servicios Sociales y Entorno Seguro que reflejan la necesidad de que exista una política activa para el bienestar de los estudiantes.

En el área de Servicios de Nutrición, los estudios muestran que una buena nutrición mejora el aprovechamiento estudiantil. Sin embargo, los estudios también indican que la inseguridad alimenticia de los adultos de bajos ingresos en California ha aumentado del 29.1% en 2001 al 33.9% en 2003 y que los niños que viven en hogares donde hay inseguridad alimenticia tienen un mayor número de ausencias y retardos escolares y han demostrado tener un desempeño cognitivo más deficiente, lo cual ha generado resultados más bajos en las pruebas y en los exámenes. Además, muchas de las causas principales de muerte en los Estados Unidos como la diabetes, las enfermedades del corazón, embolias, obesidad, hipertensión y cáncer tienen un componente relacionado con la nutrición.

En el área de Educación Física, los niños que participan en una actividad física diaria han demostrado tener un desempeño académico mucho mejor y una actitud más positiva hacia la escuela. Se ha demostrado que el ejercicio mejora los resultados en la memoria a corto plazo, el tiempo de reacción y la creatividad. Además, los jóvenes que hacen ejercicio diariamente tuvieron un mejor desempeño que otros estudiantes en los exámenes de acuerdo con lo que informó la Junta de Educación del Estado de California. Aún más, si se considera que la falta de actividad física puede contribuir con la obesidad, la investigación demostró que los niños severamente obesos habían faltado más días a la escuela en los 30 días anteriores que los niños con peso normal. El número promedio de días que los niños severamente obesos habían faltado a la escuela fueron 4.2 días en comparación con los niños sanos que tenían un promedio de faltas de 0.7 días.¹

En el área de Educación de la Salud, en vista del hecho de que el uso de sustancias ilegales puede afectar negativamente el aprovechamiento académico de un estudiante, se debe observar que al 37.8% de los alumnos se les había ofrecido, vendido o proporcionado alguna droga ilegal dentro del plantel escolar durante los 12 meses anteriores en el LAUSD de acuerdo con el Estudio de Conducta Arriesgada de los Jóvenes. En cuanto a la necesidad de tener dentro del plan de

estudios un plan para la prevención de la violencia dentro del programa de la educación de la salud, el acoso y la intimidación se han vinculado al 75% de los incidentes de tiroteos dentro de la escuela de acuerdo con un Reporte del Servicio Secreto de los Estados Unidos de mayo del 2002.

En el área de Servicios de Salud, en el LAUSD al 10% de los estudiantes de la escuela primaria y al 19% de los estudiantes de secundaria se les ha identificado tener problemas agudos de la vista lo cual ocasiona que se les dificulte la lectura, y el 40% de éstos no recibirán ningún tratamiento para finales del año escolar. Con respecto a los impactos del asma, 27,000 estudiantes en el LAUSD están tomando medicamentos para el asma durante las horas de escuela. Se estima que más del 10% de los estudiantes que viven dentro de los límites del LAUSD tienen asma, que muchos de ellos están recibiendo un tratamiento de muy baja calidad y a muchos se les hace un mal diagnóstico. Se estima que los niños que sufren de asma mal controlada faltarán por lo menos 10 días a la escuela al año debido a esta condición.

En el área de la Orientación Psicopedagógica, Servicios Psicológicos y Servicios Sociales, los niños con enfermedades mentales tienen índices mucho más altos de fracasar en la escuela, de tener conflictos familiares, de abuso de drogas, violencia y suicidios. Asimismo, se calcula que 1 de cada 10 niños y adolescentes en los Estados Unidos sufre de alguna enfermedad mental lo suficientemente grave como para que interfiera de manera significativa con la vida diaria. Con respecto al impacto de sentir miedo de asistir a la escuela ocasionado por la intimidación y por la violencia, la Asociación Nacional de Salud Mental informa que 160,000 niños que tienen miedo por estas razones faltan a la escuela uno o más días al mes.

En el área de un Ambiente Seguro, los estudiantes que recibieron el programa *Second Step* dentro de su plan de estudios en las escuelas primarias mostraron un índice del 70% menos de incidentes físicamente agresivos para finales del año escolar que los estudiantes que no recibieron este programa dentro de su plan de estudios.²

Además, el Estudio de California de Niños Sanos del 2001, mostró que existe una correlación directa entre el nivel de seguridad escolar percibido por los estudiantes y el Índice de Desempeño Académico.

Este programa es un modelo que ayuda a establecer los componentes que son necesarios para implementar una política integral de bienestar la cual complementa y se enfoca en la política del bienestar que fue adoptada por la Junta de Educación el 27 de junio del 2006. Servirá de guía para ayudar a las escuelas y al Distrito a implementar un plan integral de bienestar para sus estudiantes, sus familias y para el personal.

COMPONENTES PARA UN PROGRAMA DE BIENESTAR

En respuesta a las estadísticas anteriores y a las necesidades de nuestros estudiantes, sus familias y el personal y de acuerdo con lo que dispone la Ley de Federal de Reautorización para Mujeres, Bebés y Niños y de Nutrición Infantil del 2004 (la cual requiere que los receptores atiendan el bienestar y el problema de la obesidad) y las directrices en el 2005 del Departamento de Educación de California, el Distrito ha formalizado una política de bienestar que se enfoca en el bienestar de cada uno de los alumnos que asisten a las escuelas del Distrito. Con el fin de

enfocarse en la Política de Bienestar, el Distrito también creó un Programa para el Bienestar que abarca el bienestar de los estudiantes, de los padres, del personal y de la comunidad. La política y el programa se basan en los siguientes factores o áreas que rigen el bienestar: Servicios de Nutrición, Educación Física, Educación de la Salud, Servicios para la Salud, Bienestar del Personal, Participación de los Padres de Familia y de la Comunidad y Programas para la Recaudación de Fondos. Todas las unidades administrativas que tienen una responsabilidad directa o indirecta para promover el bienestar en cualquiera de las áreas anteriores han desarrollado una política y un programa para el Bienestar con el fin de mejorar el bienestar en todo el Distrito.

COMITÉS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LA POLÍTICA

Con el fin de implementar la política de bienestar, el Distrito exige que todas las escuelas tengan un Comité Coordinado para la Salud Escolar o un Comité para la Salud y la Seguridad dentro de cada plantel que atiendan y se enfoquen en las necesidades de sus estudiantes y garanticen un enfoque coordinado al atender el bienestar y la seguridad de los estudiantes, los padres de familia, el personal y la comunidad. El Distrito garantiza que haya Comités Coordinados para el Programa de la Salud Escolar, Consejos de Coordinación de Recursos o Subcomités para el Área de la Planificación de Servicios en los Distritos Locales y un Programa Coordinado para la Salud Escolar del Distrito Central que se enfoque en la salud y seguridad de todo el Distrito y de los Distritos Locales.

A. Servicios de Nutrición

1. Panorama General

El LAUSD reconoce la conexión que existe entre el aprovechamiento académico y una buena nutrición de acuerdo con lo que demuestra al ser líder en proporcionar comidas escolares de alta calidad alimenticia. Los alimentos que se proporcionan en los planteles escolares deben proporcionar el bienestar nutritivo de los niños y servir como modelo para que coman sanamente. Los niños bien nutridos tienen una mejor oportunidad de alcanzar el éxito académico.

El Distrito proporciona alimentos y bebidas sanas basándose en las normas de nutrición establecidas por la comunidad científica, como la Academia Nacional de Ciencias y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, así como las recomendaciones hechas por la Asociación Dietética Americana, la Asociación Americana del Corazón, los Centros para el Control de Enfermedades y otras organizaciones reconocidas por la comunidad científica.

Estas normas y recomendaciones de nutrición se aplican a los alimentos que se sirven en las cafeterías, las tiendas para los estudiantes, las máquinas expendedoras, así como los alimentos que se utilizan para hacer recaudaciones de fondos durante los días de clases. Es importante observar que es más probable que una dieta balanceada que consiste en una variedad de alimentos asegure el consumo adecuado de nutrientes que los alimentos por separado. La meta final es tener un impacto positivo en los hábitos alimenticios de los niños para toda su vida.

Con el fin de lograr eso, la Oficina de Servicios Alimenticios ha adoptado la misión de **“Nutrir a los Niños para que Alcancen la Excelencia”** y creó además el lema **“Opciones Sanas para un Aprendizaje con Éxito”**. Los menús cumplen con los reglamentos federales, estatales y locales, e incluyen las sugerencias de los estudiantes. Estos menús proporcionan la combinación apropiada de alimentos para promover una buena salud que se asocie con un mejor desempeño académico.

2. Normas Alimenticias

a. Calidad Nutritiva de las Comidas

Las comidas que se sirven de acuerdo con lo que disponen los Programas Nacionales de Almuerzos y Desayunos Escolares deben cumplir con las normas de nutrición que exige el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA).

Estas normas incluyen:

- Los alimentos del desayuno deben proporcionar $\frac{1}{4}$ parte de las Cantidades Alimenticias Recomendadas (RDA) de los nutrientes específicos.
- Los alimentos del almuerzo deben proporcionar $\frac{1}{3}$ de las Cantidades Alimenticias Recomendadas (RDA) de los nutrientes específicos.

Nutrientes para el Desayuno y para el Almuerzo

Calorías	Vitamina A	Calcio
Proteína	Vitamina C	Hierro

- Todas las comidas concuerdan con las Directrices Alimenticias de los Estados Unidos para los Americanos.

b. Contenido de Grasa de las Comidas

Las comidas no deben exceder el 30% de las calorías de grasa y el 10% de calorías de grasa saturada cuando se promedian en una semana. Para alcanzar esta meta, el Departamento de Servicios Alimenticios implementó las siguientes prácticas:

- Solamente se sirve leche sin grasa y con un contenido bajo en grasa (1%).
- Se prohíben las grasas artificiales agregadas en todos los alimentos.
- Se ha eliminado la mantequilla y la margarina de las recetas de verduras calientes y no se ofrecen como condimentos.
- Se prohíben en todos los alimentos aceites tropicales y grasas animales añadidas, como la manteca de cerdo.
- Con el fin de reducir la grasa, se han establecido especificaciones para eliminar las grasas añadidas.
- A fin de reducir el contenido de grasa, se han cambiado las especificaciones para usar proteína de soya en alimentos como hamburguesas, *corn dogs* y burritos.
- Las papas a la francesa se hornean.

- Hay disponibles aderezos para ensaladas bajos en grasa y sin grasa.
- En los menús y en las recetas se usan quesos con un contenido reducido de grasa.
- Solamente se usan métodos para cocinar, como al horno o al vapor, para que se logre un contenido bajo en grasa.
- Los platos fuertes que contienen más del 15% de las calorías totales de grasa saturada se sirven con menos frecuencia.
- Solamente se pueden vender alimentos a la carta que tengan un contenido del 35% o menos de calorías de grasa o del 10% o menos de calorías de grasa saturada.
- Pizza y Nachos (con o sin carne de res) y se sirven solamente dos veces a la semana

c. Frutas y Verduras

La Oficina de Servicios Alimenticios continúa promoviendo el consumo de frutas y verduras frescas entre los estudiantes. Las frutas y verduras frescas son importantes fuentes de vitaminas, minerales, fitonutrientes y fibras. Estos nutrientes ayudan al cuerpo a combatir enfermedades. Al combinarlos con una dieta baja en grasa, el consumo de más frutas y verduras puede reducir también el riesgo de contraer serios problemas de salud como cáncer, enfermedades del corazón, embolias y diabetes. La Oficina de Servicios Alimenticios promueve el consumo de frutas y verduras de la siguiente manera:

- Con las comidas se ofrece una variedad diaria de frutas y/o verduras frescas.
- Todos los menús de los desayunos ofrecen diariamente frutas frescas.
- La frecuencia y la cantidad de frutas y verduras que se ofrecen exceden los requisitos federales.
- A los estudiantes se les permite tomar porciones adicionales de frutas y verduras sin ningún cargo adicional.
- Siempre que es posible se continúan implementando los bares de vegetales.
- Siempre que es posible se continúan implementando las barras de ensaladas y las de frutas y verduras.
- El Distrito emplea a un comprador de tiempo completo de frutas y verduras para que compren diariamente los productos de la más alta calidad.

- La Oficina colabora con la Red para una California Sana del LAUSD, con el fin de promover que los estudiantes consuman frutas y verduras, a través de actividades como la “Cosecha del Mes” y las Ferias de Nutrición.

d. Granos Enteros

Los granos enteros proporcionan vitaminas, minerales, fibra y otras sustancias protectoras que contribuyen con la buena salud. La Oficina de Servicios Alimenticios ha aumentado el contenido de granos enteros en los menús al:

- Ofrecer diariamente por lo menos una porción que contenga granos integrales.
- Ofrecer una variedad de panes y alimentos que contengan ingredientes de granos integrales.
- El Consejo de Granos Integrales recientemente nombró al LAUSD como un “Distrito de Granos Integrales”.
- Ofrecer pan integral para las hamburguesas y los hot dogs.

e. Azúcares Añadidos

La Oficina de Servicios Alimenticios está trabajando de la siguiente manera para reducir la cantidad de azúcares añadidos:

- Se ha reducido la cantidad de azúcar en los alimentos preparados y en los postres.
- Ya no se venden refrescos y bebidas de frutas en las cafeterías de la escuela, ni tampoco se pueden comprar en la escuela durante el día.
- En las cafeterías de las escuelas ya no se venden refrescos ni bebidas de frutas.
- No se ofrecen paquetitos de azúcar como condimento con los cereales.
- No se sirven cereales que contengan más de 7 gramos de azúcar por onza.
- Se ofrecen jugos 100% de fruta que no contengan azúcares añadidos.
- Los alimentos a la carta que se les venden a los estudiantes no pueden exceder 35% de azúcar por peso.

f. Contenido de Sodio en las Comidas

Las Directrices Alimenticias de los Estados Unidos para los Americanos recomiendan consumir alimentos que contengan poca sal para reducir el riesgo de presión

sanguínea elevada. Se están tomando las siguientes medidas para reducir el contenido de sodio en las comidas escolares:

- Se establecen especificaciones para disminuir la cantidad de sodio o de sal añadida en las comidas, y al mismo tiempo se proporcione un sabor agradable a los estudiantes.
- Los alimentos que se venden a la carta no pueden exceder 600 miligramos de sodio por ración.
- Para el 1° de enero del 2007, se reducirán los niveles de sodio a un máximo de 2000 miligramos de sodio por comida y un máximo de 1500 miligramos en un promedio de una semana.
- Para el 1° de julio de 2008, los niveles de sodio se reducirán a un máximo de 1500 miligramos de sodio por comida y un máximo de 1100 miligramos en un promedio de una semana.

g. Aditivos

Desde 1989, las especificaciones del departamento de Servicios Alimenticios han eliminado el uso de los siguientes aditivos:

- Glutamato de monosodio (MSG)
- Bisulfito de sodio (compuestos de sulfito)
- Colorantes artificiales para alimentos (Tintura Roja #40 y Tintura Amarilla #5)
- Grasas animales añadidas (manteca de cerdo/sebo)
- Aceites tropicales (aceites de coco, palma, y de grano de palma)
- Nitrato de sodio
- Cacahuates, aceite de cacahuete y derivados de cacahuates

h. Criterios para Evaluar la Calidad Nutritiva de una Dieta

Con relación a las normas de nutrición, es importante entender que no todos los alimentos se crean de la misma manera. Al evaluar la calidad de una dieta, todos deben considerar lo siguiente:

- 1) La composición de nutrientes de un alimento específico. Los alimentos que se sirven en las escuelas del LAUSD son por lo general bajos en grasa, sodio y azúcar. La comida también tiene un alto contenido de fibra.
- 2) La variedad de todos los alimentos que se consumen.
El LAUSD proporciona comidas que incluyen alimentos de todos los grupos alimenticios.
- 3) Los tamaños de las raciones de los alimentos que se sirven.
Los tamaños de las raciones de los platos principales que se ofrecen en las cafeterías de las escuelas son apropiados y no proporcionan una cantidad excesiva

de calorías. Por ejemplo, en la escuela, a los alumnos se les sirve una rebanada de pizza, mientras que al comer fuera del plantel, los estudiantes con frecuencia comen muchas rebanadas de pizza. Ve a continuación la comparación del menú.

Almuerzo del LAUSD

Pizza de pepperoni, 1 rebanada
 Ensalada mixta verde con aderezo
 Manzana fresca
 Leche , 1%, ½ pinta

Almuerzo en un restaurant

Pizza de pepperoni, 3 rebanadas
 Refresco mediano (20 oz.)

Análisis Alimenticio

Calorías: 621
 Grasa: 17 gramos

Análisis Alimenticio

Calorías: 1332
 Grasa: 48 gramos

- 4) La frecuencia de los alimentos que se consumen.
 Todos los alimentos pueden caber en una dieta nutritivamente balanceada siempre y cuando no se consuman con frecuencia los alimentos que tengan un alto contenido de calorías y un contenido bajo de nutrientes, y se consuman con frecuencia los alimentos que tengan el número apropiado de calorías y un contenido alto de nutrientes.

3. Qué se Debe Hacer para que los Estudiantes tengan un Mayor Acceso a Desayunos y Almuerzos Sanos

El Programa Nacional de Almuerzos Escolares se creó en 1946 como una medida para prevenir la desnutrición al proporcionar almuerzos nutritivos a los niños en edad escolar: “Se declara que la política del Congreso, como una medida de seguridad nacional, es salvaguardar la salud y el bienestar de los niños de la nación...”¹ La investigación realizada por el USDA muestra que los niños que participan en el programa de almuerzos escolares tienen un consumo nutritivo superior que los que no participan. Este consumo ayuda a mejorar el bienestar de los estudiantes.

Además de la preocupación actual relacionada con la obesidad infantil, el hambre y la inseguridad alimenticia continúan afectando a muchos niños. De acuerdo con un reporte del Departamento de Servicios de Salud del Condado de Los Angeles, el Departamento de Salud Pública y la Oficina de Epidemiología y Evaluación de la Salud, la *inseguridad alimenticia* incluye la “disponibilidad limitada o incierta de tener alimentos seguros y nutritivamente adecuados o la habilidad limitada o incierta de adquirir alimentos en maneras que sean socialmente aceptadas.”² En el año 2003, el 34.3% de los hogares de bajos ingresos del Condado de Los Angeles experimentaron una inseguridad alimenticia.³ Aunque se habían desarrollado Programas Nacionales de Desayunos y Almuerzos para proteger a los alumnos de los efectos dañinos del hambre, estos programas no son utilizados al máximo. Típicamente, solamente el 61% de los estudiantes que reúnen los requisitos para recibir alimentos gratuitos comen el almuerzo que proporciona la escuela y un número menor de estudiantes que reúnen los requisitos para recibir alimentos a un precio reducido (50%) comen el almuerzo de la escuela.

El hambre y la inseguridad alimenticia representan riesgos sustanciales a la salud de nuestros niños debido a que el hambre y la seguridad alimenticia pueden ocasionar la

desnutrición. Lo que es más, una desnutrición moderada puede tener efectos duraderos en el desarrollo cognitivo de los niños.⁴

Ya que los estudios indican que los estudiantes que participan en programas de comidas escolares están mejor nutridos que los alumnos que no lo hacen, al distrito le corresponde aumentar de diferentes maneras el acceso que los estudiantes tengan a un desayuno sano y balanceado en varias maneras.

a. Esfuerzos de Mercadotecnia:

- Obtener las sugerencias y la opinión de los estudiantes sobre los productos de las comidas que se sirven en la cafetería. Estos alimentos deben pasar los paneles gustativos de los estudiantes para que se pueda considerar otorgarles los contratos.
- Hacer participar a los estudiantes en la planeación del menú y en las encuestas de servicio al cliente, así como en la educación de nutrición realizada por los Especialistas de Nutrición.
- Proporcionar un análisis de nutrición y exigir especificaciones estrictas para los alimentos.
- Alentar a los estudiantes a que elijan comidas escolares balanceadas y nutritivas en lugar de alimentos a la carta.
- Proporcionar un “segundo desayuno” para darles a los estudiantes que no alcanzaron el desayuno de la mañana una oportunidad más para que desayunen sanamente.
- Proporcionar un desayuno gratis a los estudiantes que reúnen los requisitos para recibir comidas a precios reducidos.
- Implementar un sistema computarizado para la administración de la cafetería que minimizará el estigma asociado con las comidas gratuitas y de precio reducido.
- Ofrecerles a los niños el programa de Servicios de Alimentos durante el verano en las escuelas que reúnan los requisitos para recibir este servicio.
- Colaborar con la Red para una California Saludable con el fin de promover el desayuno y el almuerzo en las escuelas, así como un mayor consumo de frutas y verduras.
- Recomendar el darles a los estudiantes el tiempo adecuado para que puedan pedir y consumir su comida. Los horarios razonables para los almuerzos deben permitirles a los estudiantes por lo menos 20 minutos para comer después de que lleguen a la mesa con su comida.⁵
- Mejorar las áreas interiores en donde se sirven y consumen los alimentos para crear una agradable experiencia al comer que fomente la participación de los estudiantes en el programa de las comidas.

b. Reducción de las Ventas Competitivas de Alimentos

Reducir las ventas competitivas de alimentos ayuda a maximizar la participación en el programa de comidas de la escuela. Cuando los alumnos tienen acceso a comidas completas, como el almuerzo y el desayuno, consumen todos los grupos de alimentos

que proporcionan la mejor densidad de nutrientes. Sin embargo, las ventas competitivas de alimentos como refrigerios no proporcionan la densidad de nutrientes que maximiza el desarrollo cognitivo de los estudiantes y la oportunidad de aprender porque generalmente solamente consisten en alimentos de un solo grupo.

El Programa de Resoluciones para la Prevención de la Obesidad y el Consumo de Bebidas Sanas del LAUSD son dos ejemplos de políticas que han tenido un impacto positivo en la reducción de ventas competitivas de alimentos y una mayor participación en el programa de Almuerzos y Desayunos Escolares.

- c. Usar Menús Basados en los Alimentos que Prefieren los Estudiantes
Con el incremento en la inseguridad alimenticia y la subutilización del programa de comidas escolares, es imperativo que entendamos lo que los estudiantes prefieren comer para maximizar su participación en el programa de comidas escolares.

Con el fin de determinar lo que los estudiantes prefieren comer, el Departamento de Servicios de Alimentos involucra a los estudiantes en los sondeos de los menús, los paneles para la cata de alimentos y las encuestas sobre las preferencias de las comidas. Balanceamos las preferencias de los estudiantes al mantener la integridad nutritiva de las comidas para crear un menú que les guste a los estudiantes y al mismo tiempo se cumplan los parámetros nutritivos.

- d. Proporcionar Dietas Especiales para los Estudiantes con Discapacidades o para los que Tengan Alergias Severas
La regulación de no discriminación del USDA del Código 7 de Regulaciones Federales, Inciso 15b, así como las regulaciones que rigen el Programa Nacional de Almuerzos y Desayunos Escolares exige las sustituciones o modificaciones en las comidas escolares para los niños cuyas discapacidades restringen sus dietas. El Departamento de Servicios Alimenticios modifica los menús para atender las necesidades dietéticas especiales del estudiante una vez que reciba una certificación médica firmada en donde un médico titulado verifique la discapacidad del estudiante y la necesidad de que reciba una dieta especial.

4. Servir Alimentos Seguros

Servir alimentos seguros es la base para proporcionarles a los estudiantes un servicio de alimentos de calidad. Los empleados de Servicios Alimenticios están comprometidos a seguir prácticas estrictas de salubridad.

- a. La cafetería de cada plantel tiene por lo menos un miembro del personal que está certificado en seguridad y salubridad de alimentos. El personal del plantel escolar debe recertificarse cada cinco años al pasar un examen de certificación. El personal que se tiene que certificar son los Gerentes de la Cafetería y los Jefes de Servicios Alimenticios.
- b. Todos los miembros del personal de la cafetería deben recibir mensualmente una capacitación de salubridad.
- c. Los instructores internos que están certificados en la seguridad de alimentos proporcionan continuamente una capacitación en salubridad y seguridad de alimentos.

- d. El Distrito usa el sistema del Punto de Control Crítico del Análisis de Productos Peligrosos en todas las escuelas, la cocina de producción central y el Almacén de Alimentos.
- e. Para la seguridad de los alimentos y de la escuela, el acceso a las operaciones de servicios de alimentos está limitada al personal autorizado y al personal de nutrición infantil.
- f. Las inspecciones de la salubridad de la cafetería y de la seguridad de los alimentos se llevan a cabo regularmente al hacer lo siguiente:
 - El Departamento de Salud Pública del Condado de Los Angeles lleva a cabo inspecciones.
 - Los Gerentes de la Cafetería llevan a cabo inspecciones de sus propias instalaciones mensualmente.
 - Los Supervisores de Área de Servicios de Alimentos llevan a cabo inspecciones por lo menos dos veces al año en cada cafetería.
 - Los Dietistas Registrados llevan a cabo inspecciones al azar.
 - La Oficina de Seguridad y Salubridad Ambiental lleva a cabo una inspección exhaustiva de seguridad por lo menos una vez al año en todas las escuelas.
 - El Departamento de Mantenimiento y Operaciones proporciona un Manejo Integrado contra Plagas al mes en todas las cafeterías.
 - La Oficina de Servicios de Alimentos lleva a cabo inspecciones de salubridad y de seguridad de alimentos en las plantas de procesamiento de alimentos de los proveedores.
- g. Las especificaciones de los productos exceden las normas federales, estatales y locales para la seguridad de los productos.
- h. La Oficina de Servicios Alimenticios regularmente lleva a cabo pruebas bacteriológicas de los alimentos.
- i. La Unidad de Control de Calidad de la Oficina de Servicios Alimenticios investiga las inquietudes sobre la calidad, la seguridad y el servicio.
- j. Con el fin de preservar la calidad y la seguridad de los alimentos, la Oficina exige que todas las comidas se sirvan y se consuman en el plantel escolar o en algún otro lugar supervisado y aprobado por la escuela.⁶

5. Recursos Financieros

A nivel nacional, el problema más apremiante al cual se enfrenta el departamento de servicios alimenticios escolares es un financiamiento adecuado. Con el fin de asegurar la estabilidad financiera de los programas de comidas escolares, la Oficina de Servicios Alimenticios usa un enfoque que incluye los tres componentes que se deben implementar:

- Contención de los costos de alimentos
- Contención de los costos de la mano de obra
- Ingresos óptimos de la participación de los estudiantes

6. Servicios de enlace para Proporcionar Experiencia y Apoyo de Nutrición

La Oficina de Servicios Alimenticios emplea a varios Dietistas Registrados para ayudar a planear menús de comidas sanas para los estudiantes y facultarlos a que tomen opciones apropiadas de alimentos. Además, colaboran con otros servicios escolares para crear un entorno escolar en donde la nutrición sea una prioridad. Aún más, este comité apoya a los miembros de la escuela de la comunidad al proporcionar información científica alimenticia.

a. Estudiantes

El personal de Dietistas Registrados participa en la planificación del menú para los estudiantes, en los paneles de cata, encuestas de los menús y en la educación de nutrición.

b. Padres de Familia, Comunidad y Medios de Comunicación

La Oficina de Servicios Alimenticios comunica las metas del programa a las asociaciones de maestros y padres de familia y las organizaciones de la comunidad a través de reuniones, periódicos, la red del Internet de la Oficina de Servicios Alimenticios <www.café-la.org>, demostraciones y otras actividades. Dichas actividades les dan a los padres y a otros interesados un medio de comunicar sus inquietudes.

Los Especialistas de Nutrición y otro personal de la Oficina de Servicios Alimenticios asisten y participan a reuniones de la comunidad, Noches de Regreso a la Escuela, Reunión Cumbre de los Padres del LAUSD, reuniones para padres y otros eventos similares. El personal de la Oficina de Servicios Alimenticios también participa en días profesionales en las escuelas del LAUSD.

La Oficina de Servicios Alimenticios responde a las peticiones de los medios de comunicación solicitando información relacionada con los siguientes programas alimenticios que opera: el Programa Nacional de Almuerzos Escolares, Desayunos Escolares, Refrigerios después de la Escuela, Servicios Alimenticios durante el Verano y Alimentación Infantil. También proporciona información sobre los asuntos actuales relacionados con la operación de servicios alimenticios en el LAUSD.

c. Empleados del LAUSD

La Oficina de Servicios Alimenticios proporciona una capacitación integral a los empleados de Servicios Alimenticios. También proporciona educación de nutrición y consultas para las enfermeras, los maestros y otro personal del plantel escolar.

d. Departamento del LAUSD

Con el fin de asegurar un enfoque multidisciplinario al bienestar que optimizará el bienestar de nuestros estudiantes y de toda la comunidad escolar, la Oficina de Servicios Alimenticios colabora con los siguientes departamentos:

- Salud Estudiantil y Servicios Humanos
- Organizaciones de los Padres de Familia y de la Comunidad y Especialmente Financiadas
- Educación de la Salud
- Educación Física
- Enfermería
- Programa Medi-Cal y de Acceso a la Salud Infantil (CHAMP)
- Educación Profesional y para Adultos
- Educación Infantil Temprana
- Salud y Seguridad Ambiental
- Salud de los Empleados
- Relaciones Gubernamentales
- Mantenimiento y Operaciones
- Financiamiento
- Servicios Empresariales
- Organización del Director de la Primaria
- Organización del Director de la Escuela Secundaria
- Organización del Director de Preparatoria

B. Educación Física

1. Panorama General

Existe una fuerte correlación entre la condición física y el aprovechamiento académico. La educación física ha sido parte del plan de estudios requerido en California durante décadas debido al consenso que existe entre la comunidad y los legisladores en cuanto a que la actividad física es esencial para el desarrollo y el crecimiento sano de los niños. La educación física es la única materia identificada en el *Código de Educación de California* con un número obligatorio de minutos de instrucción. Es nuestra responsabilidad asegurar que a todos los estudiantes se les proporcione una instrucción de educación física de calidad que cumpla con los mandatos estatales y federales que rigen la educación física.

La ex Superintendente Estatal de Instrucción, Delaine Eastin, en su discurso para asumir su puesto en noviembre del 2000 escribió lo siguiente sobre la educación física: “Los programas de calidad de educación física en la primaria son fundamentales para resolver

el actual problema de la epidemia de obesidad al cual se enfrenta nuestra nación y que ocasiona factores de riesgo cardiovasculares y el comienzo de diabetes infantil hasta en nuestros niños más pequeños. “Con esta consideración solamente, es importante que nuestro Distrito desarrolle y proporcione programas de educación física de calidad que asegure una sólida base con el fin de que los estudiantes desarrollen una serie de destrezas completas las cuales, a su vez, promuevan el disfrute del movimiento para asegurar una educación física y buena salud durante el resto de sus vidas.

Como dijo Herophilus (335?-c.285 A.C.), un médico griego: “Cuando no hay salud, no se puede manifestar la sabiduría, no se puede emplear la fuerza, la riqueza no sirve de nada y la razón pierde poder”. Por lo tanto, es importante que se proporcione una educación física y una actividad física de calidad para un plan de bienestar.

2. Medios y Prácticas para Promover el Bienestar

a. Oportunidades para la Educación Física y Actividad Física

Los estudiantes de todos los grados deben tener una educación física de calidad en una manera secuencial e integral y en un entorno de aprendizaje que sea seguro y puedan disfrutar. Un programa óptimo de educación física de calidad tiene los siguientes componentes:

- Espacio adecuado para maximizar las oportunidades de cada niño de manera que puedan practicar.
- Equipo adecuado para que los estudiantes puedan participar activamente, ya sea de manera individual o con una pareja o en grupos pequeños para maximizar las oportunidades que tengan para practicar.
- Clases de educación física con un número de estudiantes comparable a las clases en otras materias.
- Actividades para el desarrollo de la condición física administrándoles pruebas a los estudiantes del 4° al 12° grado y pruebas obligatorias para todos los estudiantes de 5°, 7° y 9° grados, así como los estudiantes con discapacidades de acuerdo con lo que permitan las condiciones.
- Proporcionar capacitación profesional anual a todos los administradores y maestros de educación física sobre los protocolos apropiados para administrar la prueba de desempeño físico *FITNESSGRAM*.
- Proporcionar capacitación profesional anual a todos los administradores y maestros de educación física sobre las prácticas didácticas basadas en las normas con una capacitación por unidad y lecciones de muestra.

- Proporcionarles a todos los maestros de educación física guías Didácticas de Educación Física que apoyen un plan de estudios integral y secuencial por escrito de educación física que se base en las normas para que las usen en sus clases.
- Proporcionarle a cada administrador supervisor del plantel escolar y del Distrito una capacitación profesional integral de educación física.
- Programas de educación física que aseguren que los estudiantes pasarán por lo menos el 50% de la clase de educación física participando en una actividad física de moderada a vigorosa.
- *Incluir los resultados del FITNESSGRAM en el Distrito y en el Informe del Cumplimiento Responsable de Funciones por Parte de la Escuela (Art. 51223 del Código de Educación)*

1) Educación Física para Primaria (P.E.)

Cuando se desarrollan las destrezas de los movimientos básicos en una edad temprana y se expanden durante la niñez y los primeros años de la adolescencia, los niños adquieren acceso y tienen más éxito en una amplia variedad de actividades físicas. Con el fin de promover hábitos de actividad para toda la vida durante los primeros años, los maestros deben seleccionar actividades apropiadas para el desarrollo para los estudiantes de edad primaria. Los siguientes son importantes componentes de los programas de educación física para primaria:

- Los maestros deberán seleccionar actividades apropiadas para el desarrollo de los estudiantes de primaria de manera que aseguren su éxito en una variedad de actividades físicas y promover hábitos de actividad durante toda la vida durante sus primeros años.
- Instrucción de educación física en el nivel de primaria que incluyan 200 minutos de instrucción cada 10 días lectivos. (Artículo 51210 del Código de Educación)
- El personal calificado deberá administrar correctamente la prueba de desempeño físico *FITNESSGRAM* en el 5°, 7° y 9° grados durante el mes de febrero, marzo, abril o mayo reportándole los resultados al Departamento de Educación de California. (Artículo 60800 del Código de Educación)
- El personal calificado deberá administrar correctamente la prueba de desempeño físico *FITNESSGRAM* en el 4° grado durante los meses de febrero, marzo, abril o mayo sin reportar los resultados al Departamento de Educación de California.

- Diseñar, desarrollar y construir instalaciones para el programa de educación física de acuerdo con la Guía de Educación de California para el Análisis y Desarrollo del Plantel Escolar.
- Se recomienda que se identifique un asesor de educación física en cada Distrito Local para supervise los programas de educación física.
- Contar con un sólo maestro titulado de educación física para que imparta una instrucción de educación física de calidad a cada uno de los 300 estudiantes de la escuela primaria y les dé tiempo de relevo a los maestros de primaria.
- Un maestro de educación física que enseñe en un salón de clase de estudiantes durante el período de instrucción de 30 minutos de educación física.

2) Educación Física de Secundaria (P.E.) 6–12

Un programa de educación física apropiado para el desarrollo y la instrucción que promueva bienestar y un estilo de vida físicamente activo para los estudiantes. La educación física proporciona el componente físico de una educación total que facilite el bienestar y un desarrollo físico óptimo para los estudiantes. La educación física se enfoca en el desarrollo físico y al mismo tiempo integra los componentes emocionales, sociales e intelectuales que desarrollan al niño. Los programas buenos de educación física preparan al adolescente para que atienda de manera segura las demandas físicas de la vida diaria, para que utilice la actividad para los beneficios de salud para toda una vida, y disfrute la actividad física durante su tiempo libre. Los siguientes componentes delimitan el programa de educación física para los estudiantes de secundaria:

- La instrucción de educación física al nivel de secundaria incluye 400 minutos de instrucción cada 10 días de escuela, durante todo el año, para los estudiantes de la escuela secundaria y la preparatoria, incluyendo a los estudiantes con discapacidades y necesidades especiales para el cuidado de su salud, al igual que los alumnos que se encuentran en entornos de educación alternativa. (Artículo 51222 del Código de Educación)
- A los alumnos del 9° al 12° grado se les imparte un programa de educación física integral y secuencial exponiéndolos a las ocho materias del plan de estudios básico de acuerdo con lo que dispone el Art. 10600, Título 5 del Código de Reglamentos de California.
- Una clase óptima de educación física de secundaria no excede 55 minutos, con una reducción eventual en el número de estudiantes de manera que se compare con el número de estudiantes en otras materias.
- A los estudiantes que actualmente están exentos de 2 de los 4 años de las clases del contenido académico de educación física se les ofrece una variedad de clases optativas (mínimo de 3 a 4) (Art. 51222(b) de Educación Física).

- Las clases del contenido académico básico de educación física se le proporcionan a todos los estudiantes del 9° grado con excepción de los estudiantes que están inscrito y que compiten en los programas de deportes.
- El Curso Uno de Educación Física, identificada en las *Normas del Contenido de Educación Física de las Escuelas Públicas de California*, incluye la mecánica del movimiento, los efectos de la actividad física en la salud dinámica, actividades acuáticas, baile y actividades individuales y dobles.
- El Curso Dos de Educación Física, identificadas en las *Normas del Contenido de Educación Física de las Escuelas Públicas de California*, incluye la mecánica de movimiento, lo efectos de la actividad física en la salud dinámica, actividades de combate, gimnasia/acrobacia y de equipo para los estudiantes que están tomando su segundo año de educación física del 10° al 12° grado.
- El personal calificado deberá administrar correctamente la prueba de desempeño físico *FITNESSGRAM* en el 9° grado durante los meses de febrero, marzo, abril o mayo y les reportarán los resultados al Departamento de Educación de California. (Art. 60800 del Código de Educación).
- Se llevan a cabo clases de educación especial en una manera coeducativa. (Artículos 106.00, 106.34, Título IX, Art. 4930, 4931, 4940 del Código 5 de Reglamentos de California) (Art. 200, 201, 220, 221.5, 235, 260, Código de Educación)
- Todos los estudiantes del 9° grado deberán pasar cinco de las seis evaluaciones (En la Zona de la Condición Física Sana) de la prueba *FITNESSGRAM* para tener el derecho de exentarse del curso de Educación Física durante dos años del 10° al 12° grado dentro de lo que exige el examen de manera obligatoria (Art. 51241 del Código de Educación).
- perderán la exención actual de dos años de educación física y se les asignará a los siguientes cursos de educación física con una oportunidad de volver a tomar la prueba *FITNESSGRAM*. (Art. 51251 del Código de Educación)
- Se han implementado herramientas para monitorear y supervisar los programas de educación física de Kindergarten al 12° grado con el fin de seguir cumpliendo con el Código de Educación y asegurar que las instalaciones y el equipo de educación física sean los adecuados.

b. Recreo Diario

El recreo es una parte importante de la escuela para los niños. Los descansos de las actividades mejoran la participación y el aprendizaje dentro del salón de clases y promueven el bienestar de los estudiantes. No solamente el recreo brinda oportunidades para la actividad física tan necesaria, sino que este tiempo no

estructurado también proporciona oportunidades para que los estudiantes tomen decisiones y contribuye con la creatividad y con el aprendizaje social.

- Se proporcionan veinte minutos al día de recreo supervisado con equipo y espacio adecuado al aire libre en donde se les imparte verbalmente y se le proporciona a los estudiantes una actividad física de moderada a vigorosa.
 - Se proporcionan sesenta minutos al día de actividades físicas supervisadas con equipo y espacio adecuado al aire libre en donde se les imparte verbalmente y se le proporciona a los estudiantes una actividad física de moderada a vigorosa.
 - No se recomiendan los períodos prolongados de inactividad (de más de dos horas) para las actividades como las pruebas obligatorias de toda la escuela en donde a los estudiantes se les proporcionan descansos periódicos durante los cuales a los estudiantes se les alienta a que se pongan de pie y hagan movimientos moderados (por ejemplo, malabares)
- c. Oportunidades de Actividades Físicas Antes y Después de Clases
- Aunque el receso no es estructurado, la clase de educación física es un programa didáctico estructurado con metas y objetivos específicos y los programas después de la escuela varían entre actividades estructuradas y no estructuradas. Los programas después de clases deben proporcionar más oportunidades para que los estudiantes mejoren y refinen las destrezas que han aprendido en los programas de educación física.
- Se ofrecen programas de actividades físicas supervisadas como clubes o programas de intramurales a los estudiantes de las escuelas primarias, secundarias y preparatorias antes y después de la escuela.
 - Se ofrecen programas deportivos escolares, a las escuelas secundarias y preparatorias, con una amplia variedad de actividades que satisfacen las necesidades, intereses y habilidades de todos los estudiantes incluyendo a los niños, niñas, estudiantes con discapacidades y estudiantes con necesidades especiales de atención de salud.
 - Se proporcionan programas de enriquecimiento y cuidado de niños después de clases con un equipo y espacio al aire libre adecuados en donde se les imparte verbalmente y se le proporciona a todos los participantes una actividad física de moderada a vigorosa
 - A las escuelas se les exhorta a que les permitan a los padres y a los miembros de la comunidad a que usen las instalaciones de la escuela cuando estén disponibles.
 - A las organizaciones y a los grupos de padres de las escuelas del LAUSD se les exhorta que participen en actividades físicas de moderadas a vigorosas usando el equipo adecuado en el espacio adecuado.

d. **Actividad Física y Castigos**

La educación física se debe impartir como una experiencia positiva para motivar a los estudiantes a que participen en actividades físicas durante toda su vida y no como una experiencia negativa con castigos, (por ejemplo, en correr cierto número de vueltas, hacer lagartijas, etc.) que se les imponen y que impiden alcanzar las metas para la condición física.

C. Educación de la Salud

1. Panorama general

El LAUSD reconoce la relación fundamental que existe entre un estudiante sano y el aprovechamiento académico – “que los estudiantes deben estar sanos para ser educados y ser educados para ser sanos¹.” Un número cada vez mayor de nuestros estudiantes vienen a la escuela con una variedad de problemas de salud que ocasionan que les resulte más difícil aprender a un nivel óptimo y alcanzar el aprovechamiento académico. En respuesta a estos problemas y a los constantes resultados de los estudios tales como la Encuesta de Niños Sanos de California (CHKS), la Encuesta del Perfil de Salud Escolar (SHEP) y la Encuesta de la Conducta de Jóvenes en Riesgo de Fracasar Académicamente (YRBS), así como los resultados de otras pruebas, el LAUSD ha adoptado normas de salud que se apegan a las Directrices de Salud de las Escuelas Públicas de California y que van de acuerdo con todos los mandatos legales de la Junta, al igual que de las entidades federales y estatales. Los alumnos estudian cada una de las seis áreas: alcohol, tabaco y otras drogas; crecimiento, desarrollo y salud sexual; seguridad y prevención de lesiones; salud mental, emocional y social, nutrición y actividad física; así como salud personal y de la comunidad. Estas materias se estudian a profundidad cuando los estudiantes reciben su curso semestral de Educación de Salud, aparte de la materia de Ciencias en el 7º y el 9º grado. La meta general es que los estudiantes alcancen una lectoescritura de salud y por último un bienestar para toda su vida al dominar el conocimiento, las destrezas y conductas en las siguientes áreas clave que son fundamentales para una vida sana:

- Aceptación de responsabilidad personal para tener buena salud toda la vida.
- Respeto por y promoción de la salud del prójimo.
- Entendimiento del proceso del crecimiento y desarrollo.
- Uso informado de los productos, servicios e información relacionada con la salud.

2. Medios que se Utilizan para Promover el Bienestar

a. **Colaboración**

Los Programas de Educación para la Salud colaboran de manera activa con la Oficina de Salud Estudiantil y Servicios Humanos, con Operaciones Escolares, la Oficina de Seguridad y Salud Ambiental, la Oficina de Relaciones Humanas y el Jefe de Operaciones para comparar y coordinar actividades y reducir la duplicación de

servicios dentro del LAUSD, así como los esfuerzos para apoyar el bienestar de los estudiantes.

Además, el Distrito fomentará relaciones con las agencias de la comunidad para ofrecer campañas educativas continuas para la educación del VIH/SIDA y promover escuelas seguras y sanas con una evaluación constante de las mejores prácticas de nuestros servicios de apoyo que se les brinda a las escuelas y a los estudiantes.

b. Mandatos de la Ley de Comunidades y Escuelas Seguras y Sin Drogas, Título IV, Parte A y Otros Medios

Para mantener un entorno seguro y sin drogas, el LAUSD ha cumplido y continuará cumpliendo con los mandatos de la Ley de Comunidades y Escuelas Seguras y Sin Drogas, Título IV, Parte A. El Distrito ha adoptado los siguientes planes de estudios y programas que se basan en las ciencias y que han sido validados por la investigación y que cumplen los requisitos federales.

- Un Plan de Estudios Integral, de Prevención de la Violencia y de Formación de la Personalidad y el Carácter (*Second Step*, K–8).
- Programas de alcohol, tabaco y otras drogas (*Too Good For Drugs (Alguien Demasiado Bueno como para Usar Drogas)*, K–6; *Project Alert (Proyecto Alerta)*, 7–8; *Make Yours A Fresh-Start Family (Haga que su Familia Tenga Comienzo Nuevo)*, 6–12; *Tobacco-Free Generations (Generaciones que no Usan el Tabaco)*, 6–8; *Project Towards No Drug Abuse (Proyecto Hacia Decir No al Abuso de las Drogas)*, 9; y *Class Action (Acción en la Clase)*, 10–12).

Asimismo, en relación con el bienestar de los estudiantes, el Distrito apoya estos programas con el programa IMPACT (6-12), la *Guía de Referencia para la Prevención del Acoso y la Intimidación* y los programas para fomentar la flexibilidad, como las 40 Ventajas de Desarrollo y el modelo Henderson de flexibilidad. El Distrito continuará impartiendo capacitación profesional a los empleados que estén usando estos programas para usar la fidelidad y continuidad.

Se le recomienda al Superintendente que cree un puesto para un especialista en programas de Educación para la Salud con el fin de implementar los Parámetros de la Salud y que trabaje con las oficinas Servicios de Instrucción para apegar las evaluaciones a las normas adoptadas por el estado. Este especialista también trabajará con el personal para contratar a maestros titulados y especializados en el área de la salud para las escuelas secundarias y preparatorias con el fin de asegurar que se cumplan los mandatos que dispone la Ley No Dejar que Ningún Niño Quede Rezagado de contar con maestros altamente calificados.

Cada Distrito Local ha sido asignado a un Asesor del Distrito Local que capacita y apoya a los coordinadores de los planteles. Cada plantel cuenta con un Coordinador de Programas de Educación de la Salud para las escuelas primarias (HEP) o un Coordinador de Educación para la Prevención del Uso del Tabaco del Título IV para

las escuelas secundarias (TUPE) con el propósito de cumplir con las agencias federales y estatales y colaborar con las escuelas con el fin de promover campañas en toda la escuela y prevenir las conductas de alto riesgo que se indican con anterioridad. A los coordinadores también se les capacita con el fin de que dirijan grupos para dejar de usar el tabaco con los programas *Dejo de Fumar* (6-8) y *TEG y TAP* (9-12), que contribuyen directamente con el bienestar de los estudiantes. Un número seleccionado de escuelas tiene coordinadores del programa IMPACT para facilitar los grupos de apoyo de los estudiantes en una variedad de áreas y temas específicos de los problemas y las necesidades de las escuelas que están relacionados con el bienestar de los estudiantes.

c. Mandatos Estatales Relacionados con el Bienestar

El Distrito continuará siguiendo todos los principios de la ley estatal que exige se imparta programas de educación par la prevención del VIH/SIDA en las escuelas. El Distrito ha adoptado un plan de estudios para la prevención en las escuelas secundarias y preparatorias que cumple con los requisitos. El programa adoptado por el Distrito *Prevención Positiva* se imparte en la clase de salud escolar. La junta asesora ha aprobado una variedad de materiales para apoyar la educación sobre el VIH/SIDA y otras conductas que representan un riesgo sexual, y que impactan el bienestar estudiantil. Sobre este mismo tema, para mejorar el bienestar de los estudiantes, el LAUSD continuará su política de distribución de condones en todas las escuelas preparatorias.

d. Mandatos de la Junta sobre las Leyes, el Plan de Estudios y la Contratación del Personal en relación con la Educación y el Bienestar de la Salud.

La Junta Escolar del LAUSD ha exigido un programa de educación para la salud que siga los principios fundamentales de la ley en relación con la educación de la salud. El Distrito utilizará las Normas de Salud de California, De acuerdo con lo que exige la política de la Junta, se requiere que en la escuela secundaria y en la preparatoria se tome un curso de Educación de la Salud.

Se ha adoptado y comprado un libro de texto sobre la salud para cada estudiante del LAUSD. Se está desarrollando un plan estratégico para K-12 que vaya de acuerdo con las expectativas de las Normas de Salud de California, y se llevará a cabo capacitación del personal para apoyar al educador de la salud en todas las áreas de educación de la salud, especialmente en el área del bienestar estudiantil. Se desarrollarán evaluaciones para la salud para los planteles escolares con el fin de asegurar que los estudiantes estén aprendiendo de manera eficiente las seis materias del plan de estudios de la educación de la salud en nuestro plan de estudios de K-12.

El Distrito planeará una campaña activa para contratar maestros titulados y especializados en la educación para la salud y trabajará con las universidades locales enfocándose en que los maestros futuros tengan una especialización en el área de la salud.

- e. Promover el Uso de Materiales sobre Nutrición
Las escuelas utilizarán los libros de texto adoptados por el Distrito para promover hábitos sanos para comer y enseñar hábitos alimenticios apropiados para toda la vida.
- f. Educación sobre la Nutrición y la Actividad
Además de los segmentos requeridos de nutrición y actividad física durante los cursos de salud de la escuela secundaria, el Distrito deberá expandir el uso de recursos adicionales para educar a los estudiantes sobre los hábitos de nutrición y los patrones de la actividad física.
- El Distrito deberá ofrecer un programa de la Red para una California Sana del LAUSD financiado por la USDA en todas las escuelas elegibles poniendo énfasis en ampliar la red de Nutrición en las escuelas secundarias.
 - A las escuelas se les exhorta que busquen estrategias para que incorporen recursos promocionales y adicionales de actividad física y educación de nutrición y actividad física del gobierno y de socios sin fines de lucro, como *5-A-Day*, Consejo de Productos Lácteos de California, Sociedad Americana contra el Cáncer, Asociación Americana contra la Diabetes y otros.

D. Servicios de Salud

1. Panorama General

El LAUSD tiene una larga historia de proporcionar servicios para la salud a los estudiantes y a la comunidad escolar en general. El Distrito reconoce que una buena salud entre sus estudiantes, personal y comunidad escolar ayuda a mejorar la asistencia estudiantil, a fomentar una cultura escolar más cohesiva y finalmente a mejorar el aprovechamiento estudiantil. La prestación de servicios para la salud (los cuales incluyen servicios médicos, dentales, para la vista y para la salud mental) es una preocupación importante, particularmente cuando los estudiantes pueden carecer acceso a un cuidado básico y de salud de calidad. Como prevalecen y aumentan las enfermedades crónicas, incluyendo aquellas relacionadas con el sobrepeso y la obesidad infantil, las escuelas pueden desempeñar un papel importante en la prevención de enfermedades y actividades para la promoción de la salud. Las siguientes metas se describen como metas existentes dentro del Distrito o como pasos que se pueden tomar para alcanzar las metas más generales de este programa.

2. Medios Utilizados para Promover el Bienestar

a. Servicios Directos

El Distrito continuará utilizando las enfermeras, los médicos, los psicólogos, los consejeros y los trabajadores sociales escolares para que proporcionen evaluaciones e intervenciones tempranas para aliviar las barreras al aprendizaje y a la asistencia escolar. El Distrito continuará proporcionando servicios sociales, de salud y de salud mental a los estudiantes que necesitan servicios directos o remisiones a los servicios de la comunidad. El personal de servicios sociales, servicios de salud y de salud mental del Distrito continuarán proporcionando consultas y educación de salud a los padres, a las familias y al personal.

El Distrito asegura que los estudiantes con condiciones graves – como el asma, la diabetes, alergias severas, trastornos emocionales, convulsiones o algún otro problema de salud – tengan acceso a sus medicamentos que les haya recetado algún médico y a una atención médica de emergencia que llegaran a necesitar durante las horas de escuela.

Se coordinarán completamente los servicios del manejo de casos de los estudiantes que tengan problemas médicos crónicos o de salud mental con el personal apropiado, con los padres de familia y con los programas de la comunidad.

b. Servicios para la Prevención de Enfermedades

El Distrito continuará usando personal para la salud, salud mental, servicios sociales y para la educación de la salud para proporcionar programas que promuevan una buena nutrición, estilos de vida sanos y actividad física, así como para prevenir la obesidad y los problemas de salud de los estudiantes y del personal y en cierto grado de sus familias y de la comunidad.

Con el fin de reducir los episodios del asma, el personal de salud del Distrito proporciona a los estudiantes que tienen asma, programas educativos como “Vías Respiratorias Abiertas” o el “Poder de la Respiración”. Además, el Distrito promueve programas que mejoran la calidad de aire interior para los estudiantes y para el personal, como el programa “Herramientas para las Escuelas” de EPA.

El personal de salud, de salud mental y servicios sociales del Distrito proporciona servicios de salud y de salud mental para reducir una conducta de alto riesgo entre los jóvenes, como embarazos de las adolescentes, enfermedades venéreas, abuso de drogas y del alcohol, intimidación y acoso, violencia y trastornos alimenticios.

El Distrito trabaja para asegurar la prevención de que el personal se exponga a enfermedades al proporcionar una capacitación e información relacionada con el VIH, hepatitis B, influenza y patógenos transmitidos por la sangre, asegurando el uso de precauciones universales.

c. Acceso al Cuidado de la Salud

El personal del Distrito les proporciona a los estudiantes y a sus familias la información sobre cómo inscribirse en planes de seguro de la salud o en Medi-Cal. El Distrito proporciona personal para que les ayude a las familias en el proceso de la solicitud de manera que puedan obtener programas de seguro para planes dentales y de la vista. Además, el Distrito exhorta a las familias a que soliciten seguros de salud o Medi-Cal a través de la Solicitud del Programa para un Almuerzo Escolar Gratuito o de Precio Reducido cuando tienen disponible la opción de Inscripción Exprés para Medi-Cal.

d. Educación y Promoción de la Salud

A los estudiantes, al personal y a los padres de familia se les enviarán constantes mensajes para la promoción de la salud a través de boletines escolares, periódicos, anuncios públicos en el radio y en la televisión y se presentarán en reuniones de los padres de familia y de la comunidad para destacar los estilos de vida sanos y los mejores métodos para hacerlo. Estos mensajes deberán incluir la necesidad de exámenes físicos de rutina y servicio de atención médica preventiva.

El Distrito promueve programas de educación de la salud y capacitación para los padres de familia con el fin de reducir desigualdades de salud ocasionadas por la pobreza, la cultura o el idioma y mejorar la conducta sana de los estudiantes, del personal, de las familias y las comunidades. El Distrito promueve una educación de la salud para ayudar a los estudiantes, a los padres y a las familias y comunidades. El Distrito promueve una educación de la salud para ayudarles a los estudiantes, a los padres y a las familias a que sean mejores consumidores de la salud y mejoren su bienestar. El Distrito también apoya la participación del personal escolar en Ferias de la Salud y de Profesiones para ayudar a educar a los estudiantes y a sus familias en la salud y el bienestar.

e. **Capacitación del personal**

El Distrito proporciona un número suficiente de enfermeras escolares para que proporcionen capacitación del personal a personal designado que ayudan a los estudiantes que tomen medicamentos, primeros auxilios y servicios especializados para el cuidado de la salud física.

f. **Colaboración**

El Distrito promueve las sociedades y el uso conjunto con las agencias de la comunidad para proporcionar servicios de salud y de salud mental en la escuela para los estudiantes, las familias y el personal. Esto incluye servicios que se prestan a través de clínicas de salud de las escuelas, clínicas móviles de salud, móviles para la respiración para la atención del asma, camionetas dentales y programas de la vista. El Distrito también fomenta proyectos de uso conjunto que les permite a los estudiantes, al personal, a las familias y a las comunidades acceso a la actividad física, nutrición y programas de salud después de clases en las escuelas o en instalación de actividades recreativas.

A las escuelas se les exhorta que utilicen los programas del Distrito, como la “Red para una California Sana” y los servicios que ofrecen agencias no lucrativas las cuales promueven la buena nutrición como “5 al Día”, el Consejo de Productos Lácteos, la Asociación Americana del Corazón y la Sociedad Americana para la Prevención del Cáncer.

E. Orientación Psicológica Escolar, Servicios Psicológicos y Servicios Sociales

1. Panorama General

El LAUSD afirma la importancia de enseñarles a los estudiantes a que sean física y mentalmente sanos, a que creen y mantengan un entorno escolar que promueva el aprovechamiento académico y ayude a promover una comunidad sana. El LAUSD

reconoce la relación que existe entre el aprovechamiento académico y el bienestar estudiantil.

La investigación actual indica que:

- Los niños con enfermedades mentales tienen un índice mucho más alto de fracasar en la escuela, de tener conflictos familiares, de abusar de las drogas, de la violencia y el suicidio.¹
- Aproximadamente 1 de cada 10 niños y adolescentes en los Estados Unidos sufren de una enfermedad mental lo suficientemente severa como para que interfiera con su vida diaria.²
- En California específicamente, el 10% de los niños están sufriendo graves problemas de conducta que los ponen en riesgo de tener problemas sociales y mentales posteriormente en su vida.³

Los distritos escolares que han implementado programas integrales de apoyo tienen mejores resultados de aprovechamiento académico e índices menores de abandono escolar como:

- Tasas de crecimiento del Índice de Desempeño Académico que son un promedio del 12% más alto que el índice general de su distrito.⁴
- Índices de abandono escolar que representan la mitad de los índices de las escuelas comparables.⁵

El bienestar socio-emocional de los estudiantes es la piedra angular fundamental del bienestar general de los estudiantes. Una percepción positiva que el estudiante tiene de sí mismo y una habilidad para interactuar con los adultos, compañeros y con la comunidad tienen un efecto directo en el sentido de bienestar y de aprovechamiento académico del estudiante. Todos los programas escolares deberán estar integrados dentro del contexto del entorno escolar, de la familia y de la comunidad en general.

2. Medios y Prácticas que Promueven el Bienestar

a. Escuelas Seguras, Acogedoras, Integrales y de Apoyo

Toda escuela debería institucionalizar sistemas y apoyos integrales que se enfoquen en el bienestar de los estudiantes, en su aprovechamiento, actitud (conducta) y asistencia a través de una identificación a tiempo de estudiantes que necesitan apoyo adicional, la implementación de programas universales de prevención, oportunidades positivas de intervención específica para el éxito – todo esto dirigido para hacer que la escuela sea segura, acogedora, integral y de apoyo.

1) Conexión y Competencia Social

Las escuelas deberán aumentar los vínculos entre los estudiantes y sus familias al concentrarse en lo siguiente:

- Crear oportunidades para que cada estudiante desarrolle relaciones significativas con los adultos dentro del plantel escolar a través de una comunicación positiva e instrucción individual.
- Fomentar y exhortar la participación e intervención de los padres de familia en la educación de sus hijos a través de la colaboración, el voluntariado, las reuniones con el Comité de Evaluación Pedagógica y la membresía en los consejos escolares
- Promover un entendimiento cultural entre el personal a través de sesiones de capacitación profesional que identifiquen los diversos valores culturales y las normas de los estudiantes y de los padres de la escuela.
- Ayudar a los padres a que entiendan su papel fundamental en el desarrollo del sentido de valor de su hijo dentro del hogar, la escuela y la comunidad.

2) Oportunidades para una Participación Significativa

Alentar a los estudiantes a que contribuyan con la escuela y la comunidad a través de actividades de voluntariado, aprendizaje de servicio y trabajo de equipo. Las escuelas deberían:

- Reconocer, promover y recompensar las contribuciones de los estudiantes a la escuela y a la comunidad.
- Promover el aprendizaje de servicio a través de opciones flexibles para la programación de horarios, las oportunidades que se ofrecen en el plan de estudios y las sociedades con la comunidad.
- Proporcionar oportunidades a todos los estudiantes a que participen en liderazgo, clubes, deportes y otras actividades escolares.

3) Altas expectativas

Al personal y a los estudiantes se les debe alentar a que tengan altas expectativas de manera que puedan tener éxito. Las escuelas deben promover altas expectativas:

- Desarrollar una cultura en la que a todos los miembros de la comunidad escolar se les responsabilice por esas altas expectativas y comunicar claramente dichas expectativas.
- Darles a todos los estudiantes un acceso al plan de estudios básico.
- Darles a los estudiantes de secundaria el acceso para que cumplan los requisitos A–G.

- Alentar a todo el personal a que esperen que todos los estudiantes tengan el potencial para tener éxito.
 - Tratar al personal como profesionales y esperar que el personal alcance las normas más altas de su profesión.
 - Tratar a todos los estudiantes como aprendices, brindándoles ánimo y esperando que los alumnos alcancen su más alto potencial.
- 4) Enseñar y Reforzar Destrezas Socioemocionales y para Desenvolverse en la Vida Diaria
 Promover el bienestar de los estudiantes y el desarrollo de sí mismos enseñándoles las destrezas necesarias requeridas para tener éxito en la vida. Las escuelas deben:
- Incorporar dentro de su plan único para el aprovechamiento estudiantil las estrategias para el desarrollo de la autoestima de los estudiantes.
 - Proporcionarles a los estudiantes oportunidades para practicar las destrezas aprendidas en la escuela y en la comunidad.
 - Ayudar a los estudiantes a que entiendan el vínculo que existe entre la condición física, las buenas prácticas de salud, una imagen corporal positiva y su autoestima.
 - Incorporar oportunidades para promover destrezas socioemocionales dentro del plan de estudios de Salud y Educación Física.
- 5) Establecer Límites Claros y Uniformes
 Las reglas de la escuela se establecen y se comunican claramente, se imponen de manera uniforme de acuerdo con las políticas escolares y los principios guías de acuerdo con lo establecido por la Política de las Bases de Disciplina, las sugerencias del personal y el apoyo de conducta positiva de toda la escuela. La escuela deberá:
- Asegurar que todos los miembros de la comunidad escolar tengan un entendimiento claro de las políticas escolares, los principios básicos y los apoyos positivos de conducta.
 - Establecer principios básicos apropiados del Distrito, de la escuela y del salón de clases para un desarrollo posterior en todo el plantel y comunicárselos claramente a todos los interesados.
 - Desarrollar una sociedad con el personal, los padres de familia y la comunidad para apoyar las reglas, políticas y los principios básicos de la escuela.
- 6) Ayudar a los Estudiantes a que Desarrollen un Sentido del Propósito y del Futuro.
 Dar énfasis a la tutoría, atención incondicional, conexión y apoyos académicos y de conducta. Las escuelas deben promover el sentido del propósito y del futuro al:

- Integrar una flexibilidad y técnicas para promover los puntos fuertes en toda la escuela.
 - Proporcionarles a todos los estudiantes oportunidades para fijar metas a corto y largo plazo.
 - Asegurar que todos los estudiantes de secundaria tengan la oportunidad de reunirse con los consejeros de su grado un mínimo de dos veces por año para una planificación académica y profesional.
 - Exponer a todos los estudiantes a oportunidades educativas y vocacionales después de la escuela preparatoria.
 - Aumentar las expectativas del personal para que todos los estudiantes se conviertan en miembros productivos de la sociedad.
 - Brindarles oportunidades a los estudiantes para que participen en actividades de liderazgo, visitas a las universidades, planificación profesional, etc.
- b. Apoyo Positivo de Conducta y Principios Básicos para toda la Escuela
 Con el propósito de crear un entorno positivo de aprendizaje, los padres, los estudiantes y el personal de la escuela deben tener un entendimiento común del aprendizaje y las expectativas de conducta de los estudiantes. Las escuelas deben promover una conducta positiva de conducta y disciplina mediante:
- El uso de programas de Apoyo Positivo de Conducta (PBS) que se basen en la investigación como *BEST* y *Escuelas Civiles y Seguras*.
 - La enseñanza de destrezas socioemocionales y destrezas para la resolución de conflictos sin violencia a través de un plan de estudios para la prevención de la violencia que sea validado por la investigación y adoptado por el Distrito llamado *Second Step*.
 - Proporcionar capacitación profesional para asegurar que todo miembro del personal tenga un fuerte entendimiento del plan y de las políticas PBS de toda la escuela.
 - Educar a los maestros y a los administradores sobre el impacto de los retos socioemocionales en la conducta y en el desempeño académico.
- c. Evaluación de Toda la Escuela y Pronta Identificación de Problemas
 Con el fin de prevenir la intensificación de los problemas socioemocionales, las escuelas deben tener métodos y procedimientos para evaluar e identificar oportunamente los problemas de conducta. Las escuelas deberán promover una pronta identificación al:

- Llevar a cabo evaluaciones de salud mental de los estudiantes que tiene problemas crónicos de salud y desarrollar intervenciones de tratamiento específicos con la gravedad de sus necesidades de salud mental.
 - Desarrollar e implementar un plan estratégico para la identificación de los estudiantes con problemas crónicos de salud (como asma, diabetes y obesidad) que se conoce que tienen problemas socioemocionales.
 - Establecer una Coordinación del Comité de Servicios (COST) como un medio para identificar a los estudiantes que necesitan apoyo, prestación de servicios (de acuerdo con la gravedad del problema), monitoreo y evaluación de la efectividad de los servicios de apoyo.
 - Crear un Comité de Evaluación Pedagógica (SST) como un vehículo para el desarrollo de las estrategias de intervención, manejo de casos individuales, coordinación e implementación de los recursos de la escuela y de la comunidad.
 - Ayudar al personal a que tengan plena conciencia de las conductas y los problemas de salud que puedan necesitar apoyo y/o intervenciones médicas o de salud mental.
- d. Programas Integrales de Apoyo Estudiantil
- Las escuelas deberán desarrollar programas que ofrezcan un apoyo integral para los estudiantes que se enfoquen en el aprovechamiento estudiantil, actitud (conducta) y asistencia utilizando una evaluación establecida y oportunos procesos de identificación.

Los programas deben ofrecer intervenciones específicas e intensivas que puedan incluir estrategias, programas y servicios tales como:

- Utilizar personal titulado de Servicios Estudiantiles y para el Personal (PPS) para diseñar, implementar y coordinar los programas de prevención universal como *Second Step*, *BEST* y el desarrollo de puntos fuertes.
- Utilizar las fuentes existentes de financiamiento, incluyendo, sin limitarse a, fondos por categorías para el desarrollo y el mantenimiento de programas de apoyo integral para los estudiantes (CSS) con el fin de promover un entorno escolar seguro y mejorar el aprovechamiento académico estudiantil.
- Utilizar recursos de la comunidad para complementar los servicios de apoyo estudiantil.
- Implementar un Programa de Intervención Oportuna de Conducta que proporcione la detección y la intervención oportuna para los estudiantes de primaria y de secundaria como un método para prevenir problemas emocionales y de conducta moderados a severos.

- Proporcionar capacitación profesional a los educadores y a los proveedores de servicios de apoyo sobre beneficios terapéuticos y de prevención de 40 programas flexibles para el Desarrollo de Puntos Fuertes.
 - Educar a todos los profesionales sobre los recursos integrales de salud mental que se pueden obtener a través del LAUSD, Healthy Start y de agencias de la comunidad para tratar a los estudiantes con problemas emocionales de moderadas a graves.
 - Mantener grupos activos para la intervención de crisis en cada plantel escolar.
- e. Coordinación de los Recursos Escolares y de la Comunidad
- Con el propósito de asegurar que todo estudiante alcance su potencial, las escuelas deberán tener sistemas claramente desarrollados para coordinar y proveer apoyo a todos los estudiantes. Las escuelas deberán establecer comités claramente definidos y participar en sociedades de la comunidad para atender las necesidades individuales de los estudiantes que tienen problemas académicos, de conducta o de asistencia. Con el uso de recursos escolares y de la comunidad, las escuelas deben proporcionar esfuerzos de apoyo coordinados a los estudiantes y a las familias al:
- Utilizar recursos de la comunidad que promuevan el bienestar de los estudiantes.
 - Participar en Consejos locales para la Coordinación de Recursos.
 - Colaborar con los Mediadores Organizacionales de los Distritos Locales para fomentar el desarrollo de las relaciones de la comunidad.
 - Contar con procesos sistemáticos de documentación que definan y comuniquen claramente los esfuerzos de prevención e intervención que se intenten en cada uno de los estudiantes.
 - Desarrollar métodos para integrar los apoyos y las necesidades académicas, sociales y emocionales en todos los niveles y transiciones entre las escuelas.
 - Promover y mejorar las consultas de salud mental con los maestros, los administradores y personal de servicios de apoyo.
 - Promover y expandir los proveedores de salud mental en los planteles y en las clínicas escolares.
 - Asegurar que el personal de servicios de apoyo tenga oportunidades constantes para comunicar y colaborar con el fin de asegurar el mejor uso de los recursos disponibles y la prestación de servicios.

F. Entorno Seguro

1. Panorama General

La salud y el bienestar de nuestros estudiantes, y a la vez su aprovechamiento académico puede verse sumamente influenciado por el entorno físico y socioemocional. Los incidentes de violencia y otros factores relacionados con el clima ambiental de la escuela con frecuencia impactan la habilidad de los estudiantes para sentirse sanos y totalmente comprometidos con el proceso de aprendizaje. La mala calidad del aire dentro del salón de clases y el exponerse potencialmente a pesticidas, asbesto, a pintura de plomo descarapelada y otros materiales peligrosos pueden afectar la salud de los estudiantes y los índices de asistencia escolar. Por último, debido al tamaño y al alcance de las operaciones del Distrito, el LAUSD tiene un gran potencial de afectar la calidad del ambiente general y su impacto en la salud del público. La manera en la que se seleccionan, construyen y operan los planteles escolares propuestos puede tener impactos importantes en el ambiente en general.

El Distrito, por lo tanto, luchará por crear un entorno de aprendizaje que sin violencia y en el cual se minimicen los riesgos de salud y seguridad. Las siguientes políticas tienen la intención de asegurar un entorno sano y seguro para todos los estudiantes y el personal dentro del Distrito. Estas políticas deben guiar el desarrollo de los planes y programas en todas las oficinas y divisiones del Distrito con el fin de proteger la salud y seguridad de los estudiantes y del personal, optimizar el aprovechamiento académico estudiantil y minimizar el impacto del Distrito en el medio ambiente.

2. Componentes de una Política de Bienestar para un Medio Ambiente Seguro

a. Clima Socioemocional

1) Conexión con la Escuela

El grado en el cual los estudiantes se sienten conectados con su escuela tiene un impacto directo en su nivel de participación e intervención en el proceso de aprendizaje. El personal de la escuela creará un medio ambiente que promueva un sentido de conexión entre el personal, los estudiantes y sus familias. Esto se logrará:

- Promoviendo el respeto y la apreciación de las diferencias individuales y culturales.
- Hacer participar a los padres de familia en las actividades de la escuela.
- Comunicarse positiva y frecuentemente con todo el personal y con los estudiantes.
- Responder a las inquietudes de los estudiantes y de los padres de familia.
- Promover actividades que creen un sentido de pertenencia y orgullo por la escuela.

2) Entorno Escolar Seguro

Los estudiantes que se sienten seguros y protegidos en la escuela tienen mayores probabilidades de asistir a la escuela y participar en el proceso de aprendizaje. Para mantener un clima de una escuela segura es vital tener un nivel apropiado de supervisión eficiente. Nuestras escuelas fomentarán un clima de una escuela segura a través de varios métodos, incluyendo el enfocarse en el acoso y la intimidación, desarrollar un plan de disciplina de conducta positiva, enseñar destrezas socioemocionales y asegurar una proporción segura de supervisión de personas adultas por estudiante, lo cual se logrará:

- Interviniendo cuando ocurre el acoso y la intimidación, de acuerdo con la Política Antiacoso del Distrito, Boletín No. 1038.1, y usando los recursos apropiados incluyendo la *Guía de Referencia para la Prevención del Acoso y la Intimidación* del Distrito
- Desarrollar un plan de disciplina de conducta positiva de acuerdo con la Política de la Base para una Disciplina.
- Implementar el plan de estudios para la prevención de la violencia adoptado por el LAUSD “Second Step” para cumplir con la Ley No Dejar que Ningún Niño Quede Rezagado (NCLB), los mandatos del Título IV del Plan Único para Comunidades Seguras y Sin Drogas en todas las escuelas primarias y secundarias. Con respecto a las escuelas preparatorias, al personal se le debe exhortar a que les enseñen a los estudiantes destrezas socioemocionales a través de programas que estén disponibles.
- Aumentar el número de períodos de recreo y del almuerzo, si es necesario, para permitir una supervisión adecuada y la habilidad que tenga el personal de anticipar y responder de manera eficiente a situaciones inseguras.
- Capacitar a los supervisores adultos en las técnicas de resolución de conflictos que vayan de acuerdo con las destrezas socioemocionales adoptadas por el Distrito de manera que todo el personal y los estudiantes hablen un lenguaje común para identificar y resolver los conflictos.
- Participar en relaciones humanas y en capacitación de diversidad.
- Comunicar las políticas del Distrito en seguridad e igualdad colocando dichas políticas en lugares visibles y prominentes.
- Conectarse con un grupo de colaboración existente de escuela segura dentro de la misma área.

3) Plan para una Escuela Segura

Se requiere que las escuelas públicas de California cumplan con lo dispuesto por el Artículo 35294, del Código de Educación de California, en relación con la preparación de “planes para escuelas seguras”. Estos planes se enfocan en la

preparación para situaciones de emergencia, prevención de la violencia, seguridad del tránsito vehicular e intervención para casos de crisis. El Distrito asegurará que se cumpla lo dispuesto con lo dispuesto por el Artículo 35294 del Código de Educación de California de la siguiente manera:

- Los administradores del plantel prepararán y actualizarán anualmente un Plan para una Escuela Segura para su propia escuela utilizando el *Plan del Modelo para una Escuela Segura, Volumen 1 – Programas de Prevención*, y *Volumen 2 – Preparación para Casos de Emergencia* del Distrito (Ver en la Sección II-E, Preparación para Casos de Emergencia) en una estrecha colaboración con los padres y el personal de la escuela.
- Asegurar que cada Plan para una Escuela Segura para las escuelas primarias y secundarias incorporen el programa para la prevención de la violencia adoptado por el Distrito.
- Establecer un comité activo para la intervención de crisis en cada plantel escolar y asegurar que el comité reciba una capacitación apropiada y continua que ofrezca el Distrito.
- El Distrito exhortará la creación de sociedades con las agencias de autoridades del orden y con los interesados de la comunidad para fomentar comunidades más seguras y apoyar el paso seguro de los estudiantes por las escuelas.

b. Ambiente Físico Sano y Seguro

1) Tarjetas de Puntuación de Seguridad de las Inspecciones Escolares

Mantener un ambiente físico seguro para los estudiantes y para el personal requiere el compromiso y la participación activa de los administradores escolares, los gerentes del plantel, el personal de apoyo del distrito central y una comunidad escolar informada. En el corazón de dichos esfuerzos se encuentran las evaluaciones periódicas para evaluar las condiciones escolares y medir el cumplimiento con los muchos requisitos federales, estatales y locales que están relacionados con la seguridad escolar. Esto se logrará mediante:

- Una inspección periódica de todas las escuelas del Distrito por parte de la Oficina de Salud y Seguridad del Medio Ambiente (OEHS) para revisar las condiciones ambientales, evaluar el cumplimiento y determinar la necesidad de las medidas correctivas. Se enviará un registro por escrito de las inspecciones incluyendo las medidas correctivas necesarias al administrador del plantel y a las otras partes correspondientes.
- Un estudio periódico realizado por OEHS del área que rodea cada plantel escolar para identificar las instalaciones potenciales de alto riesgo que comparten límites de propiedad con la escuela o que se localizan dentro de un radio de 500 pies de la escuela. OEHS solicitará a las agencias reguladoras correspondientes que aumenten la supervisión de las instalaciones de alto

riesgo para asegurar que estas instalaciones no expongan a los ocupantes de la escuela a un riesgo significativo.

- Emisión de una *Tarjeta de Puntuación de Salud y Seguridad* anual, con el fin de que cada escuela refleje el grado de cumplimiento en la escuela y la manera en la que el estatus de cumplimiento de la escuela se compara con las demás escuelas del Distrito Local en todo el LAUSD. Las *Tarjetas de Puntuación de Salud y Seguridad* se distribuirán a los administradores escolares y a los gerentes del Distrito y estarán fácilmente accesibles al público en la página del Internet de OEHS.

2) Respuesta a las Quejas e Inquietudes de Salud y Seguridad

El Distrito Escolar Unificado de Los Angeles incluye 900,000 estudiantes y 80,000 empleados que se localizan en casi 1000 instalaciones. El programa de mantenimiento preventivo del Distrito es incomparable entre otros distritos escolares urbanos grandes. Sin embargo, el deterioro normal de los edificios escolares puede presentar una gran variedad de inquietudes potenciales de salud y seguridad, incluyendo el deterioro en los pisos y las paredes y la exposición potencial asociada con la pintura que contiene plomo, asbestos y otras sustancias. Aunque la pronta evaluación y reparación de dichas condiciones protege la salud y resulta más económica, estas condiciones con frecuencia no se reportan inmediatamente. El Distrito garantizará una pronta identificación, evaluación y mitigación de las inquietudes de la seguridad en la escuela y en el trabajo mediante lo siguiente:

- OEHS, la Oficina de Instalaciones y los administradores del plantel escolar exhortarán que se reporte inmediatamente cualquier condición en deterioro o inquietudes de seguridad al director o al personal apropiado del Distrito.
- Los administradores del plantel escolar establecerán un Comité de Seguridad en cada distrito escolar de acuerdo con el Artículo 35294.2 del Código de Educación de California (Planificación para una Escuela Segura) y el Artículo 3203, Título 8 del Código de Regulaciones de California (Programa para la Prevención de Lesiones y Enfermedades). El Comité de Seguridad deberá estar compuesto por el personal apropiado de la escuela y exhortar a todos los interesados, incluyendo a los padres de familia y a los estudiantes a que participen en el comité. Este comité llevará a cabo las actividades a las cuales se hace mención en los artículos arriba indicados y se reunirán por lo menos trimestralmente para revisar los reportes de accidentes de los empleados, las inquietudes de seguridad en el trabajo, los esfuerzos de planificación para una escuela segura y otros asuntos relevantes de salud y seguridad.

3) Evaluación Ambiental de los Planteles Escolares Propuestos Nuevos

OEHS realizará una revisión ambiental integral de los planteles escolares propuestos nuevos con el objeto de asegurar que las condiciones del plantel no presenten un riesgo significativo a los estudiantes y al personal. La revisión

incluirá una evaluación de las condiciones internas que van de acuerdo con las normas y directrices del Departamento de Control de Sustancias Tóxicas de California en relación con la evaluación de la tierra del terreno y el agua subterránea. La revisión incluirá una evaluación realizada de acuerdo con la Ley para la Calidad Ambiental de California que examina las fuentes del riesgo ambiental de todas las instalaciones que se encuentran dentro de un cuarto de milla del perímetro del plantel, así como una evaluación de los riesgos del tráfico y de peatones.

4) Diseñar y Construir Escuelas Sanas y Sostenibles

Los estudiantes tienen derecho a un entorno escolar seguro y sano. Los estudios han demostrado que el aprovechamiento estudiantil es mejor y la asistencia escolar es mayor cuando el entorno de aprendizaje tiene luz natural, es un lugar cómodo y se le da un buen mantenimiento. El Distrito está comprometido con el diseño de escuelas nuevas y con la modernización de las escuelas existentes de acuerdo con los criterios de diseño del Grupo de Colaboración de California para las Escuelas de Alto Rendimiento (CHPS). Al aplicar estos criterios, el Distrito se enfocará en las siguientes áreas de prioridad:

- El desempeño estudiantil, así como el bienestar y la salud del personal, a través de medidas como utilizar la luz del día, evitar el uso de materiales tóxicos y aislamiento de sonido para minimizar el ruido, así como mejorar la calidad acústica dentro del salón de clases.
- Operar la minimización de costos a través del uso eficiente del agua y de la energía.
- Minimizar el impacto de las operaciones del Distrito en el medio ambiente, a través de, por ejemplo, la instalación de recursos renovables de energía, como energía solar y maximizar el uso beneficioso del escurrimiento de las aguas pluviales.

5) Uso de Pesticidas en los Terrenos de la Escuela

Es la política del Distrito Escolar Unificado de Los Angeles proporcionar un enfoque de riesgo más bajo y más seguro para controlar las plagas y considerar el uso de métodos no químicos al seleccionar las técnicas apropiadas para el control de las mismas. El Distrito luchará por llegar a eliminar el uso de químicos tóxicos para el control de plagas. La política del Manejo Integrado de Plagas del Distrito (IPM) pone énfasis en la prevención a largo plazo y le da consideración primordial a los métodos no químicos al seleccionar las técnicas apropiadas para el control de plagas. El Distrito luchará por eliminar finalmente los químicos tóxicos para controlar las plagas en los terrenos escolares.

6) Preparación para Casos de Emergencia

- Los administradores de los planteles actualizarán anualmente los planes para casos de emergencia de la escuela utilizando el *Plan para una Escuela Segura*

Modelo - Volumen 2 OEHS –Procedimientos de Emergencia que OEHS actualiza y vuelve a emitir anualmente.

- OEHS establecerá y actualizará anualmente un plan de emergencia para todo el Distrito con el propósito de asegurar la eficiente coordinación de la división de operaciones del Distrito al proporcionar apoyo a las escuelas del Distrito en situaciones de emergencia.
- OEHS proporcionará capacitación periódica a los administradores del plantel y otro personal para asegurar que las escuelas del Distrito y las oficinas de operación del distrito central están preparados para emergencias.

G. Personal

1. Panorma General

El LAUSD reconoce que el personal de la escuela, el personal administrativo y otros empleados que intervienen en el proceso educativo fijan la cultura y marquen el tono del entorno educativo. El Distrito luchará por promover estilos sanos de vida para el personal y los estudiantes. Se debe reconocer que con el fin de promover el bienestar de los estudiantes, también se le debe dar énfasis al bienestar de los empleados y que debe haber una meta común para toda la comunidad educativa. La meta general deberá ser mejorar la conciencia de bienestar de los empleados para promover una atención proactiva y preventiva. Los objetivos de este esfuerzo son reducir los costos de los cuidados de salud, aumentar la productividad y reducir el ausentismo, los costos de compensación a los trabajadores y los costos de retiro debido a discapacidades. Por lo tanto, la intención de este plan es proporcionar un mínimo de directrices para las escuelas y las oficinas al promover estilos de vida sanos para los empleados.

2. Medios y Prácticas para Promover el Bienestar

a. Promoción del Bienestar

Con el objeto de que el Distrito promueva un bienestar estudiantil, se debe poner énfasis al bienestar de los empleados. El personal debe estar conciente de la información y las actividades para el bienestar que tienen a su disposición. La información se distribuirá al personal a través de los siguientes medios:

- Página del Internet del Programa de Bienestar para los Empleados
- Suscripciones para las listas de bienestar
- Los proveedores de Beneficios del Distrito
- El boletín trimestral Bienestar de los Empleados y otros boletines de los departamentos del Distrito
- Presentaciones sobre el Bienestar
- Ferias regionales para la salud, campañas y eventos para el bienestar
- Volantes y posters del programa de Bienestar
- Anuncios de servicio público de KLCS

b. Bienestar del Personal en el Trabajo

El Distrito desarrollará directrices para el bienestar del personal en el trabajo. Las directrices incluirán lo siguiente:

- Alimentación sana
- Alimentos sanos durante las reuniones y eventos del personal
- Caminatas o participación en actividades físicas del personal durante los descansos y la hora del almuerzo
- Ejercicios sencillos para el escritorio
- Herramientas para el manejo y la reducción del estrés en el trabajo

El Distrito también desarrollará oportunidades que contribuirán al crecimiento emocional, intelectual y físico a largo plazo:

- Programa para Salir a Caminar
- Campañas para una Buena Condición Física
- Salud Preventiva
- Eventos del Programa de Bienestar
- Seminarios sobre el Almuerzo

c. Bienestar del Personal en el Hogar

El bienestar es importante tanto en el trabajo como en el hogar. Existen muchas oportunidades diferentes para el bienestar fuera del trabajo. El Distrito distribuirá a los empleados información sobre los servicios y recursos que ofrece el Distrito, los proveedores de servicios de salud y la comunidad local. Éstos incluyen:

Wellness is important at home as well as work. There are many different wellness opportunities available outside the workplace. The District will distribute information to employees regarding services and resources offered by the District, health providers, and in the local community. These include:

- Programa de Asistencia para los Empleados
- Descuentos para los Empleados
- Evaluaciones del Riesgo para la Salud
- Recursos para dejar de fumar
- Recursos para el manejo del peso
- Recursos para el manejo del estrés
- Recursos para el manejo de enfermedades
- Clases de yoga, tai chi, de baile y otras actividades físicas
- Clases y programas en el parque y en centro de la comunidad local
- Eventos de la comunidad (carreras/caminatas/maraton/ferias para la salud, etc.)

d. Capacitación del personal

El Distrito trabajará en colaboración con la Excelencia Organizacional para promover la Serie de 10 cursos para el Bienestar de los Empleados. Los empleados pueden asistir a una clase o más de esta serie. A los participantes que completen las diez sesiones se les entregará un certificado que verifique que se terminaron las diez sesiones. Los temas incluyen:

- Cómo balancear la vida y el estrés
- Cómo lidiar con la conducta difícil
- Cómo lidiar con el estrés tecnológico
- El Bienestar y Usted (dieta, ejercicio, estilo de vida, etc.)

El programa de bienestar también puede ayudar a coordinar cualquier clase relacionada con la salud en el trabajo

H. Participación de los Padres y de la Comunidad

1. Panorama General

El LAUSD reconoce la importancia de la participación de los padres de familia y tutores en la educación y el bienestar de un niño. Cuando los padres de familia y los tutores participan, los estudiantes vienen a la escuela con mayor regularidad, terminan la tarea con más constancia y tienen una conducta más positiva. Los padres también proporcionan la dieta y la rutina diaria de sus hijos que afectan su habilidad para tener éxito académicamente. De ahí, que la participación de los padres afecte directamente la salud de su hijo y su éxito académico.

El LAUSD también reconoce que las escuelas forman parte de una comunidad más grande. A medida que aumentan los problemas de salud y de violencia, no se puede esperar que las escuelas se enfoquen solamente en estos problemas. Es vital que las comunidades y las escuelas trabajen juntos para apoyar a los niños conforme se convierten en miembros sanos, responsables y productivos de la sociedad.

2. Componentes de la Política de la Participación de los Padres de Familia y la Comunidad en el Bienestar

a. Apoyo a una Dieta Sana

- 1) El Distrito y las escuelas apoyarán los esfuerzos de los padres para proporcionar una dieta sana.
El enlace de los padres de familia y los tutores debe dar énfasis a la relación que existe entre el desempeño académico y la salud de los estudiantes y la necesidad de que existan mensajes constantes de salud entre la escuela y el entorno escolar.
- 2) Las escuelas deben alentar a los padres a que les empaquen almuerzos y refrigerios sanos a sus hijos y eviten incluir bebidas y alimentos que no alcancen las normas de nutrición de bebidas y comidas individuales de acuerdo con lo que

se menciona en la sección de Servicios de Nutrición. El Distrito y la escuela pueden proporcionarles oportunidades a los padres para que compartan sus prácticas de alimentos sanos con los demás en la comunidad escolar.

- 3) El Distrito promoverá y dará consejos prácticos para dietas más sanas en la publicación del Boletín de Prensa para los Padres de todo el Distrito.
- b. Acceso a Seguro y Servicios de Salud
- 1) El Distrito y las escuelas proporcionarán a los padres de familia y tutores información sobre el seguro de salud gratuito y a bajo costo con el fin de asegurar que los estudiantes cuenten con los medios para que puedan tener exámenes físicos periódicos, las vacunas correspondientes y otros servicios preventivos para el cuidado de la salud. Dicho apoyo incluirá los Programas de Medi-al y de Acceso a la Salud Infantil del Distrito (CHAMP), las sociedades entre el Distrito y las escuelas con las ciudades, el Condado de Los Angeles, y otros interesados de la comunidad del sector público y privado que promuevan servicios sociales y de salud para la familia y que respondan a las necesidades de la comunidad escolar y del Distrito Local.
 - 2) A cada Distrito Local se le debe exhortar a que lleve a cabo una Feria de Salud para hacer participar a los padres y tutores e darles información sobre los recursos disponibles dentro de sus comunidades.
- c. Fomentar Actividades Físicas
- El Distrito y las escuelas apoyarán los esfuerzos de los padres de familia y tutores para que proporcionen actividades físicas diarias para sus hijos. A las escuelas se les exhorta a proporcionar información sobre la educación física y otras oportunidades de actividades físicas escolares antes, durante y después del día lectivo y apoyen los esfuerzos de los padres para que les proporcionen a sus hijos las oportunidades de ser físicamente activos fuera de la escuela. Dichos apoyos pueden incluir compartir información sobre la actividad física y la educación física a través del Internet, boletines o materiales para el hogar, eventos especiales o tarea de educación física.
- d. Servicios Psicológicos y de Terapia Psicológica
- 1) El Distrito y las escuelas exhortan a los padres de familia y a los tutores a que participen en el Comité de Evaluación Pedagógica cuando sea necesario para sus hijos.
 - 2) El Distrito y las escuelas exhortan a los padres de familia y a los tutores a que trabajen juntos para que implementen planes de conducta y otras recomendaciones. Cuando los padres buscan servicios adicionales de salud mental que no hay disponibles en el plantel escolar, a los padres se les alienta a que utilicen servicios en otros lugares apropiados del Distrito, a través de sus proveedores de servicios médicos privados o agencias locales de la comunidad.
- e. Recursos

- 1) El Distrito y la escuela exhortarán que se publiquen los programas de capacitación para padres de familia sobre la salud y la nutrición a través de la Oficina de Voluntarios de la Escuela.
- 2) A las escuelas se les exhorta a que promuevan una biblioteca que preste recursos sobre nutrición en cada Centro para Padres. A las escuelas también se les exhorta a que lleven a cabo talleres para los padres y las familias que se vinculen con la nutrición y con sugerencias sobre cómo preparar comidas familiares dentro del presupuesto de la familia.
- 3) A las escuelas se les debe exhortar a que desarrollen y mantengan jardines escolares con el apoyo y la participación de los padres y los niños. El Distrito promocionará los Mercados de Agricultores (*Farmers' Markets*) para ayudarles a los padres a que tomen decisiones de nutrición más sanas.

I. Programas de Recaudación de Fondos

1. Panorama General

La mayoría de las escuelas de Kindergarten al 12° grado utilizan alguna forma de recaudación de fondos para mejorar el espíritu escolar y proporcionar fondos para una variedad de actividades que mejoren la experiencia para sus estudiantes. La recaudación de fondos se puede hacer a través de la organización del cuerpo estudiantil (incluyendo los clubes de escuelas), el PTA o un grupo aprobado de padres o de promotores. Aunque las políticas de la Junta no prohíben la venta de bebidas y refrigerios no aprobados en las actividades de recaudación de fondos fuera de las horas especificadas, en las mociones presentadas por la Junta que se mencionan en el siguiente párrafo, a los administradores escolares se les exhorta que exploren los programas de recaudación de fondos para continuar promoviendo el espíritu de estas políticas.

2. Bienestar y Recaudación de Fondos

- a. Las directrices detalladas para la recaudación de fondos de cada uno de estos grupos se pueden encontrar en la Publicación 465, “Políticas del Cuerpo Estudiantil y Procedimientos de Contabilidad – Escuelas Secundarias” y Publicación 464, “Políticas y Procedimientos de Contabilidad para los Fondos del Cuerpo Estudiantil de las Escuelas Primarias” y directrices generales de los grupos de adultos se pueden encontrar en el Boletín 163, “Políticas que Rigen las Actividades Escolares de Recaudación de Fondos de la PTA, Grupo Aprobado de Padres de Familia/PTO y Clubes de Promotores” emitidos por la Oficina de Servicios Fiscales Escolares.
- b. Las directrices específicas para los alimentos que se venden en los planteles de Kindergarten a 12° grado se detallan en dos políticas de la Junta de Educación: (1) la “Moción para Promover Bebidas Sanas” adoptada el 27 de agosto del 2002, y (2) La moción para la “Prevención de la Obesidad” adoptada el 28 de octubre del 2003. Estas dos políticas prohíben la venta dentro del plantel de bebidas y refrigerios no aprobados antes, durante y hasta media hora después del día regular de clases. Como tal, solamente se pueden vender en el plantel los refrigerios y las bebidas que se encuentran en la página del Internet de la Oficina de Servicios Alimenticios durante

este lapso de tiempo. Además, las únicas botellas de agua, jugos de fruta y bebidas electrolitas que se pueden vender en las escuelas secundarias durante estas horas son las que suministra el Grupo Embotellador Pepsi y que se venden a través de la tienda para estudiantes o las máquinas expendedoras. Se pueden comprar productos aprobados de leche de soya de otros vendedores.

- c. Hay otros tipos de programas de recaudación de fondos o de actividades para generar ingresos que están aprobados. Las publicaciones 465 y 464, que se mencionan anteriormente, proporcionan una lista de actividades comunes. Si no se incluye una actividad o recaudación de fondos propuesta, las escuelas se deben poner en contacto con su Gerente Financiero de Coordinación del Distrito Local para obtener más ayuda.

IMPLEMENTACIÓN Y EVALUACIÓN DE LA POLÍTICA DE BIENESTAR

La implementación de la política de bienestar requiere seis pasos: (1) la adopción de la política de la Junta de Educación, (2) la creación de un boletín, (3) un plazo para la implementación, (4) capacitación sobre la política, (5) puesta en vigor por parte de las escuelas, y (6) la evaluación de la efectividad de la política.

Requisitos para las Escuelas

Toda escuela en el LAUSD implementará una política de bienestar. En cada escuela, el director o persona designada se asegurarán que cumplan con la política y monitorearán la implementación de la política de bienestar anualmente. Para comenzar la implementación de la política, cada escuela deberá establecer un Comité de Salud Escolar Coordinado o un comité para la Salud y Seguridad. El comité debería tener representación de: educación de la salud; educación física; servicios de salud; servicios de nutrición; terapia psicológica y servicios sociales; entorno seguro; y padres y comunidad. Con el fin de monitorear la implementación de la política, cada escuela deberá completar el capítulo 7 del Plan Coordinado para una Escuela Segura y Sana (CSHS), anteriormente conocido como el Volumen I del Plan para una escuela Segura. utilizar la herramienta de evaluación de la Red que será creada por el Consejo del Distrito para la Salud Escolar Coordinada. Las escuelas pueden usar su comité o incluir personal adicional para completar esta evaluación. Se recomienda que las escuelas dediquen un día para terminar esta evaluación, utilizando administradores, maestros, gerentes de cafetería, enfermeras, consejeros, psicólogos escolares, consejeros de asistencia estudiantil, trabajadores sociales de psiquiatría y padres de familia para llevar a cabo la evaluación. El comité de la escuela entonces completará el capítulo 2 del Plan CSHS e identificará las metas basándose en los resultados de todo el Plan CSHS. Los resultados de esta evaluación y plan de acción deberán presentarse al Consejo del Plantel Escolar para el 30 de mayo anualmente. En el momento de que se termine la presentación al Consejo del Plantel Escolar, el director y el Director del Capítulo UTLA firmarán la forma de la Certificación que se encuentra en el capítulo 2 del Plan CSHS y enviarán anualmente a la persona designada en la Oficina de Servicios Humanos y de Salud Estudiantil y al Superintendente del Distrito Local o persona designada para el 30 de mayo.

Supervisión de Servicios Humanos y de Salud de los Estudiantes

La implementación de la política de cada escuela será monitoreada anualmente por la Oficina de Servicios Humanos y de Salud de los Estudiantes. La persona designada de esta Oficina reportará anualmente al Comité de Salud y Seguridad de la Junta sobre la implementación y el estatus de la política en el Distrito. Además, se evaluará la política anualmente para hacerle los cambios necesarios a la política para determinar su efectividad y asegurar que continúe enfocándose en el bienestar de los estudiantes, familias, comunidades y personal del LAUSD. Los asuntos fiscales que se mencionan en la política pueden sujetarse a la disponibilidad de fondos.

Notas del final del párrafo (citas mencionadas):

Antecedentes

1. Schwimmer J.B., Burwinkle TM, Varni JW. Health-related quality of life of severely obese children and adolescents (*Calidad de Vida relacionada con la vida de los niños y adolescentes severamente obesos*). JAMA. 2003; 289(14):1813–1819. (USA).
2. Grossman, D.C., et al. 1997, JAMA, 277, 1605–1611.

Servicios de Nutrición

1. Artículo 210.1, Párrafo 210, del Código 7 de Regulaciones Federales del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos
2. Los Angeles, CA; Departamento de Servicios de Salud del Condado de Los Angeles, Salud Pública. Oficina de Epidemiología y de Evaluación de Salud, Marzo 2004
3. Harrison, Gail G., Manalo-LeClair, G., Ramirez, A., Chia, Jenny Y., Kurata, John, McGarvey, November, Sharp, Matt (June 2005). “Más de 2.9 Millones de Californianos Tienen Ahora Inseguridad Alimenticias ...” Centro de Investigación de Políticas de Salud de UCLA.
4. Centro de la Política para el Hambre, la Pobreza y Nutrición, Escuela Política y Ciencias de la Nutrición de la Universidad de Tufts (1998). Iniciativa de Cognición y Nutrición. “Declaración sobre el Vínculo entre la Nutrición y el Desarrollo Cognitivo en los Niños”
5. Conklin, Martha T., Lambert, Laurel G., Anderson, Janet B. (Primavera 2002). “¿Cuánto se Tardan los Alumnos en Comer su Almuerzo?” Una publicación de la Asociación para la Nutrición Escolar. El Diario del Manejo y Nutrición Infantil.
6. Artículos 38082 del Código de Educación de California (ECS); Manual para la Guía de los Programas de Nutrición Escolar, Artículos 2340, 3340, 11500 al 11560; Código 7 de las Regulaciones Federales, Título 7, Parte 210.

Educación de la Salud

1. Marion Wright Edelman, Directora del Fondo para la Defensa Infantil.

Orientación Psicopedagógica, Servicios Psicológicos y Servicios Sociales

1. Belden, Ann Chappell. When Children Have a Mental Illness (*Cuando los Niños Tienen una Enfermedad Mental*). *United Parenting Publications*; March, 2005.
2. Belden, Ann Chappell. When Children Have a Mental Illness (*Cuando los Niños Tienen una Enfermedad Mental*). *United Parenting Publications*; March, 2005.
3. Furstenberg F.F., Waller M.R., Wang H. The Well-Being of California’s Children (*El Bienestar de los Niños de California*) *Public Policy Institute of California (Instituto de Políticas Públicas de California)*; July, 2003.
4. Morgan E., Irvine A. Programa para el Mantenimiento y la Motivación de la Red para la Prevención del Abandono Escolar de California: Resumen del Análisis de los Datos del Progreso Anual Adecuado. *Ceres Policy Research*; 2003.

5. SRA Associates. Making a Difference, Changing School Culture and Keeping Kids in School. (*Cómo Hacer una Diferencia, Cambiar la Cultura de la Escuela y Mantener a los Niños en la Escuela*) Resumen General. SRA Associates; 2002.