

## **Política de Bienestar Escolar Local 2025-2026**

### **Preámbulo**

APT reconoce que una buena nutrición y una actividad física regular afectan la salud y el bienestar de todos los estudiantes. Además, las investigaciones sugieren que existe una correlación positiva entre la salud y el bienestar de un estudiante y su capacidad para aprender. Asimismo, las escuelas pueden desempeñar un papel importante en el proceso de desarrollo mediante el cual los estudiantes establecen sus hábitos de salud y nutrición, al proporcionar comidas y refrigerios nutritivos a través de los programas de alimentación escolar, apoyar el desarrollo de buenos hábitos alimenticios y promover una mayor actividad física tanto dentro como fuera de la escuela.

APT está comprometido con la creación de entornos escolares que promuevan y protejan el bienestar general de todos los estudiantes y el personal. Las pautas que se enumeran a continuación fomentan un enfoque integral del bienestar que es sensible a las necesidades tanto individuales como comunitarias.

### **1. Liderazgo de la Política de Bienestar Escolar Local**

#### **Nivel Escolar**

APT establecerá un equipo llamado Escuelas Saludables que se reunirá anualmente para garantizar el cumplimiento y facilitar la implementación de la política de bienestar de APT.

- En APT, el Coordinador de Bienestar y Comidas Federales y el Director de Operaciones Comerciales serán responsables de formar el Equipo de Escuelas Saludables que garantizará el cumplimiento de la política.
- El Equipo de Escuelas Saludables debe incluir, pero no limitarse a, los siguientes interesados: padres, estudiantes, representantes del programa de servicios de

alimentos escolares, administradores escolares, profesionales de la salud escolar, profesores de educación física y el público.

□ El Equipo de Escuelas Saludables es responsable de:

- Para garantizar que los estudiantes tengan acceso a alimentos nutritivos, APT operará y proporcionará servicios de alimentos en cumplimiento con los estándares del Programa Nacional de Almuerzos Escolares (NSLP) del USDA, así como con todas las leyes y regulaciones relevantes del Estado de Florida. Las pautas para las comidas escolares reembolsables no serán menos restrictivas que las regulaciones y orientaciones emitidas por el USDA.
- Proporcionar oportunidades para la actividad física y ejercicios adecuados para el desarrollo.
- Ofrecer información precisa sobre temas de nutrición y actividades físicas que pueda ser distribuida por correo, folletos, presentaciones y/o contenido digital.
- Informar sobre el cumplimiento de las regulaciones de la escuela al Coordinador de Bienestar y Comidas Federales y al Director de Operaciones Comerciales, quienes son responsables de asegurar el cumplimiento general de la política de bienestar de APT.

**APT revisará y considerará estrategias y técnicas basadas en evidencia al establecer objetivos para la promoción y educación nutricional, la actividad física y otras actividades escolares que fomenten el bienestar de los estudiantes, incluyendo, como mínimo, una revisión de las herramientas y técnicas del programa Smarter Lunchroom.**

## **2. Promoción de la Nutrición**

La promoción de la nutrición puede influir positivamente en los comportamientos alimentarios a lo largo de la vida al crear entornos alimentarios que fomenten elecciones saludables y animen a la participación en los programas de comidas escolares.

- Utilizar, como mínimo, las herramientas y estrategias del programa Smarter Lunchroom para promover y reforzar la alimentación saludable en el entorno escolar, asegurando que los mensajes sean claros y consistentes.
- Aumentar el número de ubicaciones en el campus donde los estudiantes puedan acceder a información útil sobre nutrición en un 5-10%.
- Incrementar la conciencia de los estudiantes sobre la información útil de nutrición proveniente de folletos, hojas de trabajo, documentos informativos y contenido digital en un 5-10%.
- Ampliar la variedad de oportunidades para que los padres participen en el apoyo de las iniciativas de bienestar escolar en un 10-15%.
- Descubrir formas efectivas de comunicar los mensajes de bienestar escolar e identificar mensajes sobre alimentación saludable y vida activa que resuenen con los padres. Los ejemplos pueden incluir presentaciones, boletines informativos, publicaciones en redes sociales y materiales impresos que destacan un tema de bienestar de interés.
- El servicio de alimentos de la escuela, en colaboración con otros departamentos, promoverá la alimentación saludable animando a los estudiantes a participar en el programa de comidas escolares.

### **3. Educación Nutricional**

El rendimiento académico y la calidad de vida se ven afectados por la elección y disponibilidad de alimentos nutritivos en nuestras escuelas. Los alimentos saludables apoyan el crecimiento físico de los estudiantes, el desarrollo cerebral, la resistencia a enfermedades, la estabilidad emocional y la capacidad de aprender.

- La educación nutricional se incorporará en un currículo estructurado y sistemático dentro de las clases de educación física e integrada en otras materias, como matemáticas y ciencias, donde se alinee naturalmente, como en las actividades de enriquecimiento culinario.

- Los estudiantes recibirán educación nutricional que sea interactiva y que enseñe habilidades necesarias para adoptar comportamientos alimenticios saludables apropiados para su edad. Se ofrecerán conferencias en el aula, actividades y participación estudiantil.
- Los estudiantes comprenderán cómo los alimentos llegan a la mesa y las implicaciones que esto tiene para su salud y futuro. El personal y el servicio de alimentos escolares, en asociación con organizaciones comunitarias, integrarán experiencias prácticas al menos una vez al mes, como: Utilizar los jardines escolares y la cafetería como espacios educativos.
- El personal responsable de la educación nutricional estará adecuadamente capacitado para impartir una educación nutricional precisa diseñada para promover hábitos alimenticios saludables.

#### **4. Actividad Física**

APT asegurará que la actividad física sea un elemento esencial del programa de instrucción de cada escuela. El programa debe proporcionar a todos los estudiantes la oportunidad de desarrollar las habilidades, conocimientos y actitudes necesarios para participar en una vida de actividad física.

- Todos los estudiantes de la escuela tendrán al menos 20 minutos de recreo diario. APT proporcionará espacio, equipo y un entorno que favorezca el juego seguro y agradable.
- Todos los estudiantes completarán un promedio de 180 minutos de instrucción por semana en educación física, con un mínimo de 120 minutos por semana. Esto incluye instrucción y práctica en habilidades básicas de movimiento y motricidad fina, aptitud física progresiva y actividades de bienestar a través de actividades apropiadas para su edad.
- Se ofrecerá a los estudiantes la opción de dos clases de enriquecimiento físico, como baloncesto, pickleball, danza y otras opciones que se pueden cambiar trimestralmente.

- Los estudiantes experimentarán un aumento tanto en el número como en la variedad de oportunidades de actividad física que se les ofrecen.
- Se alentará al personal a participar en actividades físicas como caminar, nadar, correr, etc.

## **5. Otras Actividades Basadas en la Escuela**

**APT integrará actividades de bienestar en todo el entorno escolar. Estas iniciativas incluirán nutrición, actividad física y otros componentes de bienestar, de modo que todos los esfuerzos trabajen hacia los mismos objetivos y metas utilizados para promover el bienestar de los estudiantes, el desarrollo óptimo y resultados educativos sólidos.**

### Directrices Generales

- APT considerará los componentes del modelo Whole School, Whole Community, Whole Child (WSCC) de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) al establecer otras actividades basadas en la escuela que promuevan el bienestar.
- Los objetivos establecidos por la política de bienestar se tendrán en cuenta al planificar todas las actividades escolares (como eventos escolares, excursiones, bailes y asambleas).
- Los programas extracurriculares fomentarán meriendas saludables y actividad física.
- APT desarrollará y apoyará activamente la participación de estudiantes, familias y personal en actividades y eventos comunitarios que mejoren la salud, ya sea en la escuela o en la comunidad.
- APT cumplirá con las políticas de prohibición de drogas, alcohol y tabaco.

### Ambiente de Comida

- Se les proporcionará a los estudiantes un tiempo adecuado para consumir su comida, con un mínimo de 20 minutos después de recibir su comida de la línea.

- APT creará y mantendrá un lugar limpio, seguro y acogedor para que los estudiantes coman las comidas escolares.
- APT programará los períodos de comida en horarios razonables, cuando los estudiantes tengan hambre y estén listos para comer.
- El servicio de alimentos escolares trabajará con los departamentos escolares, socios comunitarios y el consejo de salud estudiantil para facilitar la comprensión de los estudiantes sobre los alimentos frescos, locales y cultivados de manera sostenible.
- Durante los períodos de comida, habrá acceso conveniente a instalaciones para el lavado de manos y la higiene bucal.

#### Bienestar del Empleado

- El comité de bienestar de APT promoverá hábitos de alimentación saludable y actividad física entre el personal.
- Se ofrecerán oportunidades a todo el personal para participar en actividades físicas que sean accesibles y gratuitas o de bajo costo.

#### Servicios de Salud

- Se proporcionará un programa coordinado de servicios de salud accesibles para estudiantes y personal, que incluirá, pero no se limitará a, prevención de violencia, seguridad escolar, prevención de enfermedades contagiosas, exámenes de salud, derivaciones para salud comunitaria, inmunizaciones, habilidades parentales y capacitación en primeros auxilios/CPR (para el personal escolar).

#### Gestión del Comportamiento

- APT está comprometido a prohibir el uso de alimentos como recompensa, a menos que se incluya en una actividad que promueva mensajes de nutrición positiva (como un chef invitado o una excursión a una granja).
- Los maestros y otro personal escolar no denegarán ni exigirán actividad física como medio de castigo.

## **6. Directrices para Todos los Alimentos y Bebidas Disponibles Durante el Día Escolar**

APT operará y proporcionará servicios de alimentos de acuerdo con los estándares del Programa Nacional de Almuerzos Escolares (NSLP) del USDA y las leyes y regulaciones aplicables del estado de Florida. Las directrices para las comidas escolares reembolsables no serán menos restrictivas que las regulaciones y orientaciones emitidas por el USDA.

### Directrices Generales

- Todas las comidas reembolsables cumplirán con los estándares de nutrición exigidos por el USDA, así como con cualquier estándar adicional de nutrición estatal que vaya más allá de los requisitos del USDA.
- Las comidas escolares incluirán una variedad de alimentos ricos en nutrientes, como granos enteros y frutas y verduras ricas en fibra, mientras se acomodan las necesidades dietéticas especiales y las preferencias alimentarias étnicas y culturales.
- Servir solo leche baja en grasa al 1% y leche sin grasa.
- En la medida de lo posible, todas las escuelas en APT participarán en los programas federales de comidas escolares disponibles, incluyendo el SBP, NSLP, ASSP, AMP y SFSP.
- APT operará los programas de Desayuno, Almuerzo y Refrigerio Escolar diariamente.
- Se proporcionará agua potable gratuita a todos los niños durante cada servicio de comida.
- Todos los alimentos disponibles en el campus cumplirán con las regulaciones estatales y locales de seguridad alimentaria y saneamiento.

### Alimentos Competitivos

- No se venderán alimentos competitivos en APT.
- Las máquinas expendedoras con alimentos y bebidas no estarán disponibles para los estudiantes.

### Comidas de Verano

- APT patrocinará el Programa de Servicio de Alimentos de Verano local durante la sesión de verano en junio.

### **Normas para los Alimentos y Bebidas Disponibles Durante el Día Escolar que No se Venden a los Estudiantes:**

- APT proporcionará a los padres y maestros una lista de ideas para celebraciones/fiestas saludables, recompensas y actividades de recaudación de fondos.
- Las fiestas o celebraciones en clase se realizarán después del período de almuerzo.
- Las escuelas limitarán las celebraciones que involucren alimentos durante el día escolar a no más de una fiesta por clase al mes.

### **7. Política de Comercialización de Alimentos y Bebidas**

- La comercialización escolar será coherente con las políticas de educación nutricional y promoción de la salud. En este sentido, se aplican las siguientes directrices:
- Las escuelas sólo podrán comercializar y anunciar aquellos alimentos y bebidas que cumplan o superen los estándares de nutrición Smart Snacks in School del USDA.
- APT fomentará un entorno en la cafetería que promueva una alimentación

saludable.

## **8. Evaluación y Medición de la Implementación de la Política de Bienestar**

El comité de bienestar de APT actualizará y modificará la política de bienestar en función de los resultados de la revisión anual y las evaluaciones trienales, así como de acuerdo con los cambios en las prioridades locales, las necesidades comunitarias, los objetivos de bienestar alcanzados, la aparición de nueva información y tecnología en salud, y las nuevas orientaciones o estándares federales o estatales emitidos. La política de bienestar será evaluada, como se indica, al menos cada tres años después de la evaluación trienal.

### Evaluaciones de Progreso Trienales

APT evaluará la política local de bienestar escolar para medir el cumplimiento de la política de bienestar al menos una vez cada tres años. Esta evaluación medirá la implementación de la política local de bienestar escolar e incluirá:

- El grado en que APT cumple con la política local de bienestar escolar;
- El grado en que la política local de bienestar escolar se compara con políticas modelo de bienestar escolar;
- Una descripción del progreso realizado en la consecución de los objetivos de la política local de bienestar escolar.

## **9. Informar al Público**

APT garantizará que la política de bienestar y la evaluación trienal más reciente estén siempre disponibles para el público. APT también notificará activamente a los hogares anualmente sobre cualquier actualización realizada a la política de bienestar y la disponibilidad de los resultados de la evaluación trienal, así como proporcionará información a la comunidad sobre el entorno de nutrición escolar.

- APT garantizará que la versión más actualizada de la política de bienestar y las evaluaciones trienales estén siempre disponibles en el sitio web de la escuela para que el público pueda consultarlas.

- APT presentará las actualizaciones de la política de bienestar, según sea aplicable, durante las reuniones con la Asociación/Organización de Padres y Maestros, la junta escolar, el superintendente del distrito, el comité de salud y bienestar y otros grupos o partes interesadas.

## **10. Participación Comunitaria**

APT está comprometido a responder a las aportaciones de la comunidad, comenzando con la concienciación sobre la política de bienestar. APT comunicará activamente las formas en que los padres, estudiantes, representantes de la autoridad alimentaria escolar, maestros de educación física, profesionales de salud escolar, la junta escolar, administradores escolares, representantes de la comunidad agrícola local, profesionales de alimentos y nutrición y el público pueden participar en el desarrollo, implementación y revisión anual de la política local de bienestar escolar a través de diversos medios, incluyendo:

- APT considerará las necesidades de los estudiantes al planificar un entorno de nutrición saludable. Se pedirá a los estudiantes que proporcionen sus opiniones y comentarios mediante encuestas, y se prestará atención a sus observaciones.
- APT utilizará mecanismos electrónicos, como correos electrónicos o la exhibición de avisos en el sitio web de APT, así como mecanismos no electrónicos, como boletines informativos, presentaciones a padres o el envío de información a casa para los padres, para garantizar que todas las familias sean notificadas activamente sobre cualquier actualización de la política de bienestar, así como sobre cómo involucrarse y apoyar la política.

**Academy Prep Center of Tampa está comprometido a proporcionar la mejor educación en prácticas de bienestar a estudiantes, padres/tutores, personal y empleados de la escuela en diversas áreas, como nutrición, actividad física, salud y, no menos importante, higiene, que es una parte crucial para mantener una buena salud.**

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.