



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

Junio: Cómo promover las normas de salud local

Lo que usted puede hacer para promover las normas de salud local

Conforme a una ley federal, se le exige a su distrito escolar tener normas de salud local (*Local Wellness Policy*). Estas normas deben incluir metas para la educación sobre la nutrición y la actividad física. Deben abordar otras actividades escolares que promueven la salud de los estudiantes. También se requiere que regulen a través de lineamientos qué alimentos y bebidas están disponibles en la escuela.

Los niños pasan la mayor parte del día en la escuela. Se les debe dar un ambiente que promueve la salud, el crecimiento, el desarrollo y el aprendizaje. Desafortunadamente, muchas escuelas desconocen las normas de salud local en de su distrito. Algunas escuelas no saben cómo ponerla en práctica.

Con su apoyo, las normas de salud local pueden asegurar que los estudiantes coman mejor y sean más activos físicamente durante las horas de escuela. Las investigaciones muestran que los estudiantes que comen bien y que están activos, generalmente sacan mejores calificaciones en los exámenes, tienen menos problemas de comportamiento y tienen menos ausencias. Usted puede ayudar a poner en práctica estas normas de salud local.

- ◆ Consiga una copia de las normas de salud local (*Local Wellness Policy*) para que pueda ver exactamente lo que dice (probablemente se encuentra en inglés solamente). Es posible que las encuentre en la página Web de su distrito. Si no están ahí, comuníquese con su distrito escolar para averiguar cómo puede obtener una copia.
- ◆ Hable con los administradores y el personal de la escuela de su hijo sobre las normas para enterarse cómo la escuela las está poniendo en práctica.
- ◆ Colabore con su PTA (Asociación de Padres y Maestros) para da a conocer las normas y asegurar que se estén implementando en su escuela. Muchos padres ni siquiera saben que existe normas de salud local.
- ◆ Asista a las reuniones del consejo escolar para discutir estas normas.
- ◆ Apoye los esfuerzos de implementación de las normas en la escuela de su hijo.
- ◆ Encuentre copartícipes en la comunidad local que ayuden a su escuela y a su distrito a implementar las normas de salud local.

Para obtener más información: (en inglés solamente)

www.NCActionForHealthyKids.org

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

www.nutritionnc.com/ResourcesForSchools/index.htm