

HOJA DE INFORMACIÓN

PROGRAMA ESCOLAR PARA EL DESAYUNO

¿Qué es el Programa Escolar para el Desayuno?

El Programa Escolar para el Desayuno es un programa Federal que ayuda a las escuelas públicas y a las escuelas privadas sin fines lucrativos para dar alimentos a buen precio a los niños. El programa ofrece alimentos gratuitos o a precio reducido a los niños que califican dependiendo de los ingresos y el tamaño de la familia. El programa es administrado por el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos y en California, por el Departamento de Educación.

Los estudios señalan que los niños que comen el desayuno escolar tienen mejor nutrición y mejor rendimiento académico que aquellos que no desayunan o que no tienen un desayuno saludable. Los estudiantes que desayunan, consumen menos grasa, comen menos bocadillos durante el día, comen más frutas, toman más leche y están menos propensos a tener sobrepeso que aquellos que no desayunan.

¿Cuáles son los Retos Acerca del Programa Escolar para el Desayuno?

- ❖ No todas las escuelas ofrecen desayuno.
- ❖ Los alimentos en el programa de desayuno pueden variar en calidad y estar limitados en la variedad que ofrecen.
- ❖ El costo para las escuelas que sirven desayuno a los estudiantes es más alto que la cantidad que se les re-embolsa.
- ❖ Puede haber un estigma o vergüenza asociado con el programa escolar de desayuno; los estudiantes que reciben alimentos gratis o a bajo precio pueden ser identificados en base a la forma que pagan.
- ❖ El desayuno tal vez no se sirve a una hora adecuada o en lugares convenientes para los estudiantes.

¿Cuál es la Situación Ideal?

- ❖ Que todas las escuelas ofrezcan desayuno.
- ❖ Que haya un desayuno universal para todos los estudiantes especialmente en escuelas que ofrecen servicio a un alto porcentaje de familias con bajos ingresos.



Additional Resources

School Breakfast, Food Research and Action Center (FRAC)

School breakfast program Información sobre el programa de desayuno escolar para las escuelas, padres de familia y personal interesado.

www.frac.org/html/federal_food_programs/programs/sbp.html

School Breakfast Scorecard 2007, FRAC

Un reporte que evalúa el estatus del programa de desayuno escolar en los Estados Unidos; incluye estrategias para comenzar o mejorar el programa, al igual que ejemplos de casos exitosos.

www.frac.org/pdf/SBP_2007.pdf



PROGRAMA ESCOLAR PARA EL DESAYUNO *continuado*

- ❖ Que todos los programas para el desayuno promuevan la salud, sirvan alimentos de calidad y que les gusten a los estudiantes.
- ❖ Que se promueva el programa de desayuno escolar para atraer la participación de los estudiantes.
- ❖ Que no haya diferencia en la manera que los niños reciben los alimentos (entre quienes los reciben gratis y los que pagan).
- ❖ Que el desayuno se sirva de varias maneras (en carritos en la cafetería, listo para llevar, en el salón de clases, etc.).
- ❖ Ajustar los horarios de clases y permitir suficiente tiempo para que los niños coman el desayuno escolar.

¿Qué Dice su Política de Bienestar Sobre el Programa Escolar para el Desayuno?

¿Qué Pueden Hacer los Padres?

- ❖ Preguntar si su escuela participa en el programa de desayuno escolar y preguntarle al gerente del personal si muchos estudiantes participan.
- ❖ Motivar a los líderes escolares (el director, sub-director, personal de la cafetería) a comenzar un programa de desayuno escolar si aún no tienen uno.
- ❖ Preguntarle a sus hijos qué tipo de alimentos sirven en el desayuno.
- ❖ Hacer una evaluación de los alimentos que se sirven, los lugares donde se sirve y el interés de los estudiantes por el desayuno.
- ❖ Hacer una encuesta con los estudiantes acerca de los alimentos que sirven durante el desayuno y pedir sus opiniones acerca de la calidad de la comida.
- ❖ Trabajar con el director de servicio de alimentos para encontrar alternativas para servir el desayuno rápido (en el autobús, en el salón de clases) y preguntar si los estudiantes están interesados.
- ❖ Trabajar con el personal que sirve los alimentos y la administración escolar para asegurarse de que no separen a los estudiantes en las filas para recibir su comida en base a su manera de pagar.
- ❖ Hablar con los directores de programas de alimentos en otras escuelas que han establecido programas de desayuno exitosos.
- ❖ Llevar a un equipo de padres de familia y empleados a visitar otras escuelas que ofrecen el programa de desayuno.
- ❖ Pedir que se elimine la venta de alimentos competitivos durante el desayuno.

Breakfast First: Healthy Food for Hungry Minds, California Food Policy Advocates

Un sitio de Internet sobre el desayuno escolar que contiene herramientas para crear un programa escolar de desayuno exitoso.
www.breakfastfirst.org/nutrition.html

School Breakfast, Fast and Healthy Food for Thought, Nutrition Explorations, National Dairy Council

Información acerca de por qué el desayuno es importante, recursos para los educadores de nutrición, y recomendaciones para crear un programa de desayuno exitoso.
www.nutritionexplorations.org/parents/school-breakfast.asp

Feed More Kids for School Breakfast Success, CDE, Nutrition Services Division.

Recomendaciones para crear un programa de desayuno escolar exitoso.
www.cde.ca.gov/ls/nul/he/documents/feedmorebrkfst.pdf