

Cómo Aproximarse a los Miembros de una Mesa Directiva Escolar:

Una Guía Para Crear Campañas Claras, Concisas y Convincentes Sobre Normas de Alimentación



SUCCESSFUL STUDENTS
Through Healthy Food Policies

ACT NOW FOR ACADEMIC EXCELLENCE



Cómo Aproximarse a los Miembros de una Mesa Directiva Escolar:

Una Guía Para Crear Campañas Claras, Concisas y Convincentes Sobre Normas de Alimentación



Índice

Introducción	3
¿Por qué Preocuparse por el Tipo de Alimentos que se Venden en la Escuela?	4
¿Por qué Involucrar a los Miembros de las Mesas Directivas Escolares en las Normas de Alimentación?	5
¿Le Importan las Normas de Alimentación a los Miembros de una Mesa Directiva Escolar?	5
¿Cómo Elaborar una Aproximación Clara, Concisa y Convincente?	6
Primer Paso: Identifique las Prioridades Sobre las Normas de Alimentación de su Localidad	6
Segundo Paso: Desarrolle e Implemente un Plan de Acción Para Involucrar a los Miembros de la Mesa Directiva Escolar	7
Conclusión	15
Fuentes	15
Reconocimientos	16
Hojas de Trabajo	
A. Los Intereses y Preocupaciones de los Miembros de la Mesa Directiva Escolar	17
B. Reclute a Socios para que le Ayuden	18
C. Como Concientizar a los Miembros de la Mesa Directiva Escolar.....	19
D. Diseñe una Norma de Alimentación Para el Distrito Escolar	20

Introducción

Desde 1997, el Proyecto LEAN de California (líderes a favor de una alimentación saludable y actividad física o CPL, por sus siglas en inglés), ha trabajado para mejorar la alimentación y el ambiente de actividad física en las escuelas preparatorias, high schools, de California. Originalmente, la labor de CPL se concentraba en facultar a los estudiantes de preparatoria para identificar y pedir cambios en los tipos de alimentos y las actividades físicas a su alcance en los campus de sus escuelas. Pero rápidamente el personal de CPL se dio cuenta que los estudiantes necesitaban el apoyo de la mesa directiva de sus distritos escolares, a fin de generar cambios a gran escala y de largo alcance. Para lograr esto, CPL junto con la Asociación de California de mesas directivas (California School Boards Association) elaboró varios materiales educativos teniendo en mente a los miembros de mesas directivas. Estos materiales incluyen artículos sobre normas de alimentación escolar, hojas de datos verídicos, y una guía sobre normas de alimentación.

“Cómo Aproximarse a los Miembros de una Mesa Directiva Escolar” utiliza múltiples hojas de exposición, retroalimentación y discusión con miembros de mesas directivas escolares en California, superintendentes, directores de escuela, y padres de familia, para ayudar a grupos de la comunidad, y a miembros de mesas directivas, a crear situaciones donde “todo-mundo-gana.” Este cuaderno de trabajo ayudará a que el lector comunique eficazmente su mensaje sobre normas de alimentación y, al mismo tiempo, ayudará a los miembros de mesas directivas escolares a obtener la información que necesitan para elaborar normas de alimentación efectivas.

¿Por qué Preocuparse por el Tipo de Alimentos que se Venden en la Escuela?

En la actualidad, la juventud americana se enfrenta a problemas de salud relacionados a la alimentación que anteriormente sólo asociábamos con los adultos; sobresalen la obesidad, la diabetes tipo 2, los altos niveles de colesterol en la sangre, y la alta presión sanguínea. Aquellas enfermedades que más se ven entre los adultos incluyendo el cáncer, las enfermedades del corazón, y la osteoporosis, pueden ser afectadas por hábitos de alimentación que la gente acostumbra durante su niñez. Aunque las causas de estas condiciones son multifacéticas con respecto a este asunto, dónde toman sus alimentos los niños, y qué es lo que consumen, es de suma importancia. Los alimentos que los adolescentes consumen en las escuelas representan más de un tercio de los alimentos que ingieren fuera de casa. La mayoría de los alimentos en las escuelas, excluyendo los que son reembolsables por el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés), los adquieren en máquinas vendedoras, tiendas de la escuela, estancillos de bocadillos, y en la fila de alimentos a la carta. Estos alimentos son típicamente más altos en azúcar agregada, sodio, y grasas, que los alimentos para el desayuno y almuerzo reembolsables por USDA.

Sabemos que una mala alimentación tiene una influencia adversa, o negativa, sobre la habilidad de aprendizaje, porque disminuye la motivación y la atención. Hay estudios cuyos resultados muestran que los niños bien alimentados y saludables se encuentran mejor preparados para aprender, más listos para asistir a la escuela y a clases, y mejor capacitados para aprovechar las oportunidades educativas. Estudios recientes demuestran que:

- Una alimentación deficiente impacta la conducta de los niños, su rendimiento escolar,

y su habilidad de concentración y su desempeño al emprender tareas complejas.¹

- La deficiencia de hierro es uno de los problemas nutricionales que más ocasionan trastornos en la salud entre los niños en los Estados Unidos. La deficiencia de hierro puede aumentar la fatiga, reducir el rango de atención, disminuir la capacidad de trabajo, reducir la resistencia a infecciones, y desequilibrar el desempeño intelectual. Consecuentemente, los niños anémicos tienden a desempeñarse pobremente en pruebas de vocabulario, lectura, y otras.²
- Los niños que sufren de una alimentación deficiente, durante aquellos años de mayor formación cerebral, obtienen las calificaciones más bajas en pruebas de vocabulario, comprensión de lectura, aritmética, y conocimientos generales.³
- Aún una alimentación medio mala (es decir, el consumo de alimentos inadecuados o sub-óptimos) puede surtir efectos perdurables e intervenir contra el desarrollo cognoscitivo y el rendimiento escolar.⁴
- El ayunar por las mañanas tiene un efecto negativo sobre el desempeño cognoscitivo, aún entre niños saludables y bien alimentados. En un examen sobre la rapidez y exactitud de respuesta, en tareas de resolución de problemas, que se dio a niños que tomaron y niños que no tomaron desayuno, se encontró que no desayunar tiene una influencia adversa en el desempeño del niño en los exámenes.⁵

Tales resultados indican que la gente joven no estará lista para aprender y alcanzar su completo potencial a menos que esté bien alimentada y saludable. El actual y futuro desempeño académico del alumno, se ve impactado por la variedad de alimentos que se ofrecen en la escuela. Es importante, entonces, que esa variedad de alimentos ayude a incrementar el desarrollo de la salud y el desempeño académico del estudiante.

¿Por qué Involucrar a los Miembros de las Mesas Directivas Escolares en las Normas de Alimentación?

Para los miembros de una mesa directiva escolar los niños son muy importantes, y aquellos desean que éstos crezcan saludables hasta llegar a ser ciudadanos productivos. Como la organización que en última instancia toma las decisiones en un distrito escolar, la mesa directiva escolar tiene la oportunidad de influir positivamente en la salud de los niños. Con regularidad, una mesa directiva examina problemas y oportunidades dentro de su distrito, pide información para proponer posibles soluciones, debate aquellas soluciones viables y, en última instancia, elabora normas para la implementación de las normas elaboradas. La alimentación presenta una gran oportunidad. Desde los contratos exclusivos para la venta de bebidas, hasta la construcción de facilidades para cocinar, la extensión del periodo de almuerzo, y los parámetros a seguir en la recaudación de fondos, la mesa directiva escolar asume un papel importante en la elaboración e implantación de normas de alimentación. Las normas de alimentación, que abarcan a todo el distrito escolar, tienen el potencial de influir positivamente en los hábitos de consumo de alimentos de todos los niños del distrito.

Debido a que, en todo esto, hay barreras y beneficios, usted necesita utilizar una aproximación clara, concisa, y convincente, a fin de involucrar a los miembros de la mesa directiva escolar en la adopción de normas de alimentación saludables.

¿Les Importa a los Miembros de una Escolar las Normas de Alimentación?

En su mayoría, los miembros de una mesa directiva escolar se encuentran sumamente ocupados estudiando una amplia gama de asuntos que afectan al estudiantado. Los estudios de investigación realizados por el CPL con miembros de mesas directivas en California indican que la alimentación no siempre surge como una de sus primeras prioridades.

Los miembros de las mesas directivas escolares en California reportan que en la elaboración de normas de alimentación ellos ven las siguientes barreras.⁶⁻⁹

BARRERAS PRINCIPALES

- La alimentación no es una prioridad para el personal, los padres de familia, y los miembros de la comunidad de un distrito escolar.
- Los miembros de las mesas directivas se sienten inadecuadamente preparados para elaborar normas de alimentación.
- Las consideraciones relacionadas al presupuesto son muchas. Las mesas directivas se preocupan por la percepción de costos cuando se ofrecen alimentos saludables y/o se preocupan por las pérdidas de fondos recaudados al eliminar la venta de sodas refrescos, dulces, y otro tipo de alimentos no-saludables.

Sin embargo, los miembros de mesas directivas escolares en California también dijeron que al establecer normas de alimentación se ven las siguientes relaciones de beneficio:

BENEFICIOS PRINCIPALES

- Hay una relación entre la buena alimentación y el aprovechamiento académico.
- Hay una relación entre la buena alimentación y

- una mejor asistencia a la escuela.
- Hay beneficios prácticos para el estudiantado: A corto plazo, el sentirse mejor. Y a largo plazo, la disminución potencial del riesgo a la obesidad, el cáncer, y a otras enfermedades crónicas.

¿Cómo Elaborar una Aproximación Clara, Concisa y Convincente?

Hay dos pasos principales para conseguir el éxito:

1. Hay que identificar cuáles son las prioridades de alimentación de la localidad.
2. Hay que elaborar e implementar un plan de acción para involucrar a los miembros de la mesa directiva escolar.

Cada uno de estos dos pasos requiere de muchas actividades importantes que se discuten en las secciones siguientes.

Primer Paso: Identifique las Prioridades Sobre las Normas de Alimentación de su Localidad

Cada vez más aumenta el número de fuentes de información a su disposición que pueden ayudarle a establecer prioridades relacionadas a las normas de alimentación. Estas incluyen:

- School Health Index
www.cdc.gov
(Índice de Salud en las Escuelas)
- Changing the Scene
www.fns.usda.gov
(Cambiando la Escena)
- Fit, Healthy, Ready to Learn
www.nasbe.org
(En Forma, Saludable, Listo Para Aprender)
- Playing the Policy Game

www.CaliforniaProjectLean.org/consumer
(Adolescentes en Acción)

- Healthy Food Policy Resource Guide
www.CaliforniaProjectLEAN.org
(Guía de Recursos Sobre Normas de Comida Saludables)

Independientemente de la herramienta que utilice usted, para determinar las prioridades de alimentación, hay cinco aspectos clave.

Primero, reúna a un grupo de trabajo diverso que incluya a personas que sostengan diferentes puntos de vista. La membresía de este grupo deberá incluir, mas no estar limitada a, estudiantes, personal y administradores de la escuela, personal del servicio de alimentación escolar, enfermeras(os) de los planteles educativos, padres de familia, personal del departamento de salud de la localidad, médicos, dietistas certificados, y líderes de la comunidad. Los miembros de la mesa directiva escolar pueden formar parte- o no -del grupo de trabajo, dependiendo del interés y disponibilidad.

Segundo, utilice el grupo de trabajo para llevar a cabo una evaluación de las normas y prácticas de alimentación actuales del distrito escolar. Entérese de lo que pasa y por qué pasa así. La diversidad de su grupo de trabajo ayudará a que usted se asegure que todas las inquietudes de un asunto se tomen en cuenta, y que la información provenga de varias fuentes.

Tercero, determine objetivos claros que sirvan como un llamado a la acción para los miembros de la mesa directiva escolar. Aunque hubiera 20 normas en las cuales a usted le gustaría ver un cambio, será más fácil, y menos abrumador para la mesa directiva escolar, si se dedica a trabajar en tres de cinco prioridades de alimentación

que su grupo haya recomendado. Estas recomendaciones deberán ser determinadas por medio de un proceso consensual de grupo. Las recomendaciones tendrán más peso si usted puede demostrar que se utilizaron, y se tomaron en cuenta, una diversidad de opiniones que los miembros de su grupo expresaron hasta llegar a las prioridades expuestas. Una mesa directiva busca el consenso, y con frecuencia, sus miembros sospechan de opiniones que creen que son de sólo unos cuantos.

Cuarto, produzca un documento que describa brevemente lo que el grupo encontró durante el proceso de evaluación, lo que le gustaría ver implementado en el futuro, y la razón por la cual es importante que la mesa directiva escolar tome bajo consideración la visión del grupo. El documento deberá enfocar áreas que muestren la solidez del distrito, así como áreas que necesiten mejorar dentro del mismo.

Finalmente, conecte su mensaje sobre las normas de alimentación locales a la idea que los programas de alimentación aumentan el desempeño estudiantil, la asistencia a la escuela, y el bienestar. Los miembros de una mesa directiva escolar pueden mejorar las vidas de un sinnúmero de estudiantes de su distrito escolar, por medio de fortalecer las normas de alimentación. Para expresar esta idea, CPL utiliza su frase de identificación que dice, “Estudiantes con éxito mediante la adopción de normas de alimentación saludable: Actuando ahora a favor de un excelente desempeño académico.” Esta frase, unida a las normas de su localidad, constituye una manera de crear un mensaje que capte la atención de los miembros de la mesa directiva escolar.

Segundo Paso: Desarrolle Implemente un Plan de Acción Para Involucrar a los Miembros de la Mesa Directiva Escolar

Este paso incluye muchas actividades estratégicas. Debido a que los miembros de la mesa directiva escolar están ocupados y no siempre ven las normas de alimentación como prioritarias, es importante encontrar formas efectivas para comunicarse y establecer una alianza con ellos.

A. Descubra los Intereses de los Miembros de la Mesa Directiva Escolar y Satisfaga sus Necesidades

Los miembros de la mesa directiva escolar utilizan una amplia gama de experiencias para examinar situaciones relacionadas a las normas y decidir como actuar. Para ser efectivo(a) al compartir sus prioridades sobre las normas de alimentación, es importante saber más acerca de los miembros de la mesa directiva escolar y del Superintendente del distrito escolar.

La información esencial incluye:

- El nombre de cada uno de los miembros de la mesa directiva escolar y el área donde él/ella reside dentro su comunidad.
- La ocupación de cada uno de los miembros de la mesa directiva escolar.
- Los intereses especiales y/o las áreas clave de enfoque.
- Los asuntos clave que la mesa directiva escolar enfrenta; en especial, aquellos relacionados a la salud, y dónde se ubica cada uno de los miembros de la mesa directiva escolar, en relación a tales asuntos.
- Información sobre si algún miembro de la mesa directiva escolar mantiene un interés relacionado con las enfermedades crónicas—a veces una experiencia de familia con cáncer, diabetes, o enfermedades del corazón puede

crear un interés singular en uno de los miembros de la mesa directiva por promover la salud.

- Las inquietudes que cada uno de los miembros de la mesa directiva escolar tiene en relación a las recomendaciones sobre normas de alimentación de usted.
- Información sobre si algún miembro de la mesa directiva escolar servirá de aliado a su causa.

Usted puede obtener esta información:

- Visitando el sitio del distrito escolar en la red. Muchos sitios contienen biografías de los miembros de la mesa directiva escolar.
- Reuniéndose con promotores de la comunidad que hayan trabajado en asuntos relacionados a la mesa directiva escolar y/o hayan asistido en la elección de los miembros de la mesa directiva.
- Reuniéndose con ex-miembros de la mesa directiva escolar. Con frecuencia estas personas pueden proporcionar indicios sobre cómo trabaja la mesa directiva escolar en su interior.
- Reuniéndose con los miembros actuales de la mesa directiva escolar. Aunque siempre están muy ocupados, frecuentemente a ellos les agrada reunirse con miembros de la comunidad, particularmente si viven en su jurisdicción. También podría usted considerar pedir que algunos jóvenes hagan las entrevistas. Los miembros de la mesa directiva escolar, con frecuencia, se muestran muy receptivos con los jóvenes, y éstos podrían aprender destrezas valiosas durante el proceso de entrevista.
- Asistiendo al foro de un candidato. En tiempo de elecciones, los miembros de la mesa directiva escolar pueden participar en foros de candidatura. Ese es un buen momento para indagar públicamente donde se ubica un candidato con relación a los asuntos de alimentación en la escuela. Usted puede

recordarles acerca de su posición una vez que ellos sean electos.

- Manteniéndose al tanto de la cobertura en los medios de comunicación sobre asuntos de la escuela de la localidad.

La información que usted obtenga de esta manera le ayudará en la elaboración de un mensaje sobre las normas de alimentación que sean del interés y cumplan con las inquietudes y necesidades de los miembros de la mesa directiva escolar. Por ejemplo, usted podría darse cuenta que uno de los miembros de la mesa directiva padece de diabetes, y que tiene una preocupación particular relacionada con el incremento del número de niños del distrito escolar con diabetes tipo 2. Este miembro de la mesa directiva podría convertirse en un socio poderoso que abogue por las normas de alimentación. Usted también podría darse cuenta que uno de los miembros de la mesa directiva escolar aboga fuertemente por el programa de deportes del distrito. Este miembro de la mesa directiva podría tener una inquietud muy fuerte por cambiar la manera en que se procuran fondos para generar dinero para el programa de deportes de la escuela. Puede ser que usted necesite hacer un esfuerzo especial para calmar el temor de este miembro de la mesa directiva. Entre más sepa usted acerca de los miembros de la mesa directiva, antes de presentar sus recomendaciones sobre normas de alimentación, más posibilidades tendrán de salir adelante al pedir, y conseguir, cooperación.

Enlace siempre su mensaje sobre las normas de alimentación a los asuntos prioritarios del distrito escolar. El aprovechamiento académico puede ser un reto cargado políticamente para toda mesa directiva escolar. Asegúrese, entonces, de enfatizar los estudios de investigación que correlacionan la alimentación saludable con el aprovechamiento académico, y el mejoramiento de la asistencia a la escuela. También, tome en cuenta que debido



a que la alimentación escolar tiene más y más cobertura en los medios de comunicación masiva, y en las publicaciones de la asociación de mesas directivas, los miembros de la mesa directiva escolar pueden desarrollar un mayor interés en la comprensión de asuntos de alimentación en su distrito. Todo esto constituye una excelente oportunidad para usted.

Describa cómo aprenderá usted acerca de los antecedentes de los miembros de la mesa directiva escolar que usted quiere concientizar. ¿Cómo puede usted darse cuenta de cuáles son sus intereses, inquietudes, y sus deseos de servir como aliados de sus recomendaciones sobre normas de alimentación? Complete una hoja de trabajo para cada miembro de la mesa directiva escolar.

Para La Hoja de Trabajo A Vaya a la Página 17

B. Reclute Algunos Socios Para que le Ayuden

Los miembros de una mesa directiva escolar se dirigen a una variedad amplia de tipos de gente con el fin de obtener información sobre asuntos relacionados a las distintas normas. Los socios de usted deben cumplir con esa necesidad. Sus socios deben ayudar a ver cuales son los intereses e inquietudes de los miembros de la mesa directiva escolar. Por ejemplo, si hay un miembro de la mesa directiva cuya inquietud radique en las entradas de recaudación de fondos, a usted le gustaría tener un socio que pueda ayudar a tratar, o hablar, sobre dicha inquietud. Disponer de la ayuda de ese tipo de persona, le permitirá presentar un caso más sólido con relación a sus prioridades sobre las normas de alimentación. La clave es utilizar una variedad de gente con diferentes experiencias, porque cada persona posee diferentes destrezas y perspectivas. Los

miembros de mesas directivas en California han comunicado al personal de CPL que ellos consideran que los siguientes pueden ejercer influencia: ⁶⁻⁹

- Un miembro de una mesa directiva escolar que puede actuar como “campeón” de su asunto. (Usted puede identificar a tal persona mientras aprende sobre los miembros de la mesa directiva escolar del distrito.)
- Gente profesional del ramo de cuidado a la salud, en especial doctores, enfermeras(os), y dietistas certificados.
- Personal del sistema escolar tales como:
 - El Superintendente de escuelas
 - Personal al servicio de alimentación escolar
 - Administradores
 - Maestros (especialmente los de salud, economía doméstica, educación física, y ciencias.)
- Grupos de padres/grupos de asistencia tales como PTA/PTO. Las escuelas primarias son un gran recurso, porque los padres tienden a ser más activos cuando los niños se encuentran en ese nivel de escolaridad. Aún cuando usted se concentre en asuntos pertenecientes a la escuela secundaria/preparatoria, los padres de familia de las escuelas primarias también tienen interés en lo que sucede dentro del distrito escolar. ¡Tenga en mente que aquellos alumnos de las escuelas primarias pronto se convertirán en alumnos de las escuelas secundarias/preparatorias!
- Profesionales de la comunidad con experiencia en mercadeo.
- Representantes de la comunidad como aquellos en Parques y Recreación, Club Rotario, Kiwanis, Club de Leones, la organización *Junior League*, y organizaciones con base en la fe.
- La Sociedad Americana del Cáncer (ACS, por sus siglas en inglés.) La ACS tiene un comité nacional para el desarrollo de Consejos de

Salud en la Escuela. La sucursal de la ACS de su localidad tiene materiales, y posiblemente personal y voluntarios, disponibles para asistirle en la creación de un diálogo dentro de la comunidad, en donde se traten asuntos relacionados a la salud en las escuelas.

Fuente: Asociación Americana del Cáncer

- Las organizaciones de salud locales como el departamento de salud, o un hospital local o clínica.
- Los estudiantes . . . Que no se le olviden los estudiantes—¡ellos poseen una de las voces más potentes!

Hay muchas formas de reclutar a estos socios. La forma más efectiva es por medio de una invitación personal. La forma más comúnmente utilizada para identificar socios potenciales incluye asistir y/o hacer una presentación en las reuniones de coalición comunitaria, y pedir a otros colegas compartir recomendaciones. Busque gente que se encuentre activa en una variedad de asuntos relacionados a la escuela, incluyendo aquellos asuntos de carga política como las elecciones de la mesa directiva escolar y los bonos escolares. Si ellos muestran interés en los asuntos de la escuela, quizá tengan interés en su asunto particular.

También se pueden intentar métodos indirectos tales como:

- Coloque hojas de datos verídicos y notificaciones en lavanderías, supermercados, escuelas, el recinto de la sociedad de estudiantes en la universidad, centros de recreación, centros de artes y actuación, oficinas de correo, tiendas de autoservicio, consultorios médicos, y bibliotecas.
- Asista a eventos de principio de labores de la escuela para hablar con padres de familia.
- Distribuya volantes o anuncios de puerta-en-puerta.
- Publique un artículo, sobre la alimentación en la escuela, en la prensa local o en el boletín

informativo de los padres de familia.

Para La Hoja de Trabajo A Vaya a la Página 18

C. Concientice a los Miembros de la Mesa Directiva Escolar

Para concientizar a los miembros de la mesa directiva escolar usted debe fijarse cuatro metas:

1. Explicar la razón por la cual las normas de alimentación son importantes para el aprendizaje y la salud en su distrito.
2. Comunicar las acciones sobre las normas que su grupo de trabajo piensa que mejorarán el distrito.
3. Responder a los intereses e inquietudes de los miembros de la mesa directiva escolar.
4. Descubrir acciones adicionales sobre normas de alimentación que a la mesa directiva escolar le gustaría llevar a cabo, aparte de las que usted sugiere.

Estas metas se pueden alcanzar por medio de varias técnicas de comunicación.

- Sea breve y vaya al grano.
- Utilice un tono de voz respetuoso, pero con autoridad y bien informado.
- Comunique el hecho de que usted es un experto en normas de alimentación. Puede ser que usted no se considere como tal, pero recuerde, usted es un experto en sus recomendaciones y el experto para exponer por qué sus recomendaciones son importantes.
- Utilice todo lo que sabe de los intereses e inquietudes de los miembros de la mesa directiva escolar a fin de enmarcar su mensaje educativo y la forma de expresarlo.

Los miembros de la mesa directiva escolar le comunicaron al personal del CPL que les gusta recibir información proveniente de múltiples fuentes, incluyendo correo electrónico/email,

presentaciones durante las reuniones de la mesa directiva escolar, los medios de comunicación, y las comisiones de tareas específicas de la mesa directiva escolar.⁶ No toda la comunicación debe venir de parte suya. Sus diferentes socios deben ayudarlo a dirigirse a los diferentes intereses y preocupaciones de los miembros de la mesa directiva.

Correo Electrónico/Email

Una de las mejores formas para comunicarse con los miembros de su mesa directiva escolar es por medio del correo electrónico/email. Mantenga sus mensajes breves. Utilice este medio para proveer datos al-día de su grupo de trabajo y para proveer enlaces en la red donde hay información verídica sobre la alimentación y sus normas.

Frecuentemente las direcciones electrónicas de los miembros de la mesa directiva se encuentran en el sitio del distrito escolar en la red, o están a su disposición llamando a las oficinas del distrito.

Presentaciones

Las presentaciones frente a la mesa directiva escolar pueden ser una forma efectiva para educar a esos directivos, especialmente si a usted se le asigna una hora específica, dentro de la agenda, durante la reunión de negocios. En general, hay dos formas por las cuales el público puede hacer una presentación frente a la mesa directiva escolar:

- I. La mejor opción es tener a un miembro de la mesa directiva escolar, o al superintendente de escuelas, para que someta su asunto como un punto a tratar dentro de la agenda. Esto puede resultar difícil de alcanzar, porque las mesas directivas se encuentran muy ocupadas. Sin embargo, esto puede proporcionarle a usted un período de tiempo más amplio para su presentación. Los miembros de la mesa directiva escolar estarán mejor preparados para considerar su asunto si ellos lo ven en la agenda como un asunto a

tratar y si ellos, de hecho, tienen la habilidad de actuar sobre el asunto. Si su asunto entra a la agenda como un asunto a discusión, los miembros de la mesa directiva escolar pueden sólo escucharle amablemente, tendrían una breve discusión al respecto, y avanzarían la agenda hacia otros puntos.

2. Utilice el tiempo dedicado al comentario público. Quienes exponen así, usualmente someten su nombre al principio de la reunión y luego obtienen un período de tiempo bastante corto (usualmente tres minutos) para dirigirse a la mesa directiva escolar. Debido a su corta duración, esta no siempre es la mejor forma para comunicar su mensaje. Sin embargo, usted puede optimizar esa oportunidad por medio de pedir que sus socios también sometan sus nombres a la lista de exponentes. Cada uno de sus socios deberá usar sus tres minutos propios para hablar también. Cada uno de los socios deberá utilizar sus tres minutos para hablar de un aspecto particular de su mensaje, por ejemplo, la relación entre la alimentación y el aprendizaje, las estadísticas con respecto a la salud de los niños, y su petición sobre las normas de alimentación. Así, uno de los socios describe las implicaciones relacionadas con la salud, otro describe los resultados de su evaluación, y otro describe sus recomendaciones relacionadas con las normas deseadas.

Una visita al sitio de su distrito escolar en la red le ayudará a darse cuenta de cómo funcionan las presentaciones en su distrito. Este sitio deberá indicar dónde y cuándo se llevan a cabo las reuniones, y debe explicar el proceso a seguir para tomar la palabra durante el tiempo destinado al comentario público. Este sitio puede también explicarle a usted el proceso a seguir para pedir que una presentación frente a la mesa directiva escolar se le conceda, por encima del tiempo destinado al comentario público.

Los medios de comunicación

Los miembros de una mesa directiva escolar utilizan los medios de comunicación locales para darse cuenta de qué asuntos y opiniones están presentes en su comunidad. Utilice usted los medios de comunicación para concientizar a los miembros de la mesa directiva escolar con respecto a su asunto.

¡Precaución

Debido a que los medios de comunicación son ampliamente públicos, usted necesita pensar cuidadosamente acerca del tono que utiliza en su mensaje y las ramificaciones consecuentes. Por ejemplo, una carta-de-crítica al editor puede cambiar a la mesa directiva escolar en contra de su mensaje. De manera similar, un reportero puede ser invitado a la escuela a cubrir un cambio positivo en la alimentación que el distrito escolar ofrece, sólo para que el reportero termine dándole cobertura a un aspecto negativo relacionado con las operaciones del servicio de alimentación. Aún cuando mostrar una situación negativa puede resultar en un beneficio, o puede hacer que aquellos que elaboran las normas se sientan un tanto incómodos, usted solamente debe tomar esa ruta después de un examen minucioso de las circunstancias, y solamente después de haber intentado todas las avenidas positivas posibles.

Cartas al Editor

Una carta al editor es una forma efectiva para concientizar a los miembros de la mesa directiva escolar acerca de asuntos sobre las normas de alimentación, al hacer un llamado a la comunidad para que apoye las normas de alimentación de la escuela, y para agradecer a los miembros de la mesa directiva escolar por las acciones afirmativas que hayan tomado a favor de las normas de alimentación.

Tenga en mente las siguientes ideas:

- Escriba cartas únicamente relacionadas a

asuntos importantes. Si usted envía demasiadas cartas, éstas pierden poder, y pudiera darse el caso de que no se publiquen.

- Una carta al editor debería contar con menos de 200 palabras. Cartas más extensas corren el peligro de ser corregidas y editadas, y el punto que a usted le gustaría transmitir se podría perder. Las cartas más cortas tienen una mayor probabilidad de ser publicadas.
- Escriba dos de los puntos más importantes dentro del primer o segundo párrafos.
- Si el caso es que usted está dando contestación a un artículo en particular, una nota editorial, o una carta específica, asegúrese de incluir el título, fecha, y nombre del autor de esa pieza en su primera oración.
- Haga que un oficial de su organización firme su carta, uno de los padres de familia del distrito escolar, o su coalición.

Fuente: Brecon, Harvey, & Lancaster (1994)

Comunicados de Prensa

Los comunicados de prensa se deben utilizar cuando usted tiene algo importante que anunciar. Por ejemplo, usted pudiera publicar un cambio en el programa de alimentación de la escuela, el principio de una nueva norma de alimentación, o los resultados de una evaluación de alimentación en la escuela. Muchos periódicos tienen un reportero dedicado a la educación quien cubre asuntos de la mesa directiva escolar y puede estar interesado(a) en recibir los comunicados de prensa de usted.

Todo comunicado de prensa debe incluir:

- Estadísticas de la localidad.
- Citas adjudicadas a especialistas (es decir, pediatras, personal del servicio de alimentos, nutricionistas.)
- Hechos, no opiniones, a menos que usted este citando a alguien.
- Información crítica (quién, qué, cuándo, dónde, por qué), resumida en el primer o los

dos primeros párrafos, en dos o cuatro oraciones.

- Contactos y sus números de teléfono a principio de página (utilice el papel membretado de su organización si está a su disposición.) Considere proporcionar su número de teléfono celular para quedar a disposición inmediata.
- Un título atrayente que le dé al editor una buena idea del material de su comunicado.
- La mayoría de los comunicados comienzan con “Para su publicación inmediata” o “Para publicarse el (fecha específica.)”
- Coloque cuatro signos de número (# # # #) al fin del comunicado de prensa.
- Todo comunicado de prensa debe adherirse al formato apropiado o correr el riesgo de ser descartado. Por lo regular, los comunicados de prensa aparecen a doble espacio, en papel 8.5" X 11" con márgenes de una pulgada, y letra de tamaño entre 10 y 12.

Fuente: Breckon, Harvey, & Lancaster (1994).

Los grupos de tareas específicas de una mesa directiva

Darse como voluntario(a) para trabajar en grupos con tareas específicas de una mesa directiva, especialmente aquellos grupos relacionadas con la salud, resulta ser una manera excelente para conocer a los miembros de la mesa directiva escolar, y para que ellos(as) se enteren de los asuntos sobre las normas de alimentación de usted. Para lograr su cometido, le ayudaría a usted si los miembros de la mesa directiva escolar ven en usted a un recurso útil. Su trabajo dentro de un grupo con tareas específicas le proporcionará a usted una voz que trasciende sus asuntos particulares. Los miembros de la mesa directiva quieren asegurarse que usted se encuentra comprometido con los niños de su distrito, y que no únicamente le preocupa su asunto particular. Un socio que trabaje en uno de los grupos de tareas específicas del distrito podría ser el

portavoz de su mensaje sobre normas de alimentación, y podría comunicarlo en el momento apropiado.

Para La Hoja de Trabajo A Vaya a la Página 19

D. Diseñe una Norma de Alimentación Para el Distrito Escolar

Su meta principal es alentar a los miembros de la mesa directiva escolar para que solidifiquen sus normas de alimentación, o para que elaboren nuevas normas. Después de su primer intento por concientizar, usted recibirá una de tres respuestas posibles de parte de los miembros de la mesa directiva escolar, “sí,” “quizá,” o “no.” Cada una de estas respuestas requiere una reacción diferente.

Sí

¡Esta es la respuesta que usted quiere escuchar! Normalmente esto quiere decir que la mesa directiva escolar está interesada en sus propuestas y apoya sus recomendaciones sobre las normas de alimentación. La mesa directiva escolar puede avanzar inmediatamente a la fase de escritura de las normas. Muchas mesas directivas tienen sus propios abogados quienes les asisten a elaborar las normas, porque el detallar el lenguaje apropiado para estas normas es un proceso técnico. Se necesita utilizar un lenguaje específico, para que las normas sean de fácil entendimiento, y para que sean legalmente precisas. Su papel en este proceso puede incluir el sugerir los tópicos que necesitan anunciarse y proveer a la mesa directiva escolar los recursos relacionados a la alimentación escolar. Si su mesa directiva solicita su asistencia en la elaboración del lenguaje que exhibirán las , trabaje muy de cerca con la mesa directiva para asegurarse que usted utiliza el lenguaje apropiado.

Quizá

Esta respuesta frecuentemente significa que la mesa directiva escolar requiere más información, o más tiempo, para pensar sobre el asunto antes de proceder. Puede ser que ellos quieran saber más acerca de la opinión de los padres de familia, o acerca de qué otros distritos escolares lo han adoptado. Algunas mesas directivas nombrarán un comité, o grupo con tareas específicas, para tratar de encontrar información adicional y/o para hacer recomendaciones a la mesa directiva. Usted puede servir como un recurso importante en este proceso. Puede ser que se le invite a usted a servir en el comité, o bien, usted puede servir a la mesa directiva escolar como un recurso extra-muros. Su meta durante este período de tiempo es mantener una presión constante, pero discreta, sobre la mesa directiva escolar, para que ésta tome acción. Su grupo de trabajo y sus socios pueden ayudarle en la selección de estrategias adicionales. Es posible que se requiera recopilar más información relacionada con ideas para la recaudación de fondos, o más información sobre las ideas de los padres de familia. Una vez que la mesa directiva escolar comience a inclinarse hacia un “sí,” o un “no,” usted puede tomar los siguientes pasos para la elaboración de normas de alimentación.

En cualquiera de los casos usted querrá utilizar el trabajo de otros distritos escolares que ya hayan trabajado en normas de alimentación escolar. El Proyecto LEAN de California, y la Asociación de mesas directivas de California, han desarrollado una guía denominada *Healthy Food Policy Resource Guide*, Guía de Recursos Sobre Normas de Alimentación Saludable, para asistir a los miembros de una mesa directiva en la elaboración de normas de alimentación saludable. Tal guía, “Estudiantes con Éxito Mediante la Adopción de Normas de Alimentación Saludable,” se encuentra a su disposición en www.csba.org. Esta guía da ejemplos de normas de alimentación escolar y

estudios de caso de los distritos que han abordado normas de alimentación.

No

Esta es la respuesta a la que todos temen. Pero no deje de trabajar. Un “no” significa dar un paso atrás para reformular su plan de acción. Trate de fijar una nueva meta para que la mesa directiva escolar modifique su respuesta a un “quizá” en lugar de un “no.” Algunos puntos a considerar incluyen:

- ¿Deberíamos continuar pidiendo las mismas normas de alimentación, o hay una nueva norma con la cual podríamos tener más éxito?
- ¿Deberíamos enfocar nuestros esfuerzos por encontrar soluciones a las inquietudes de los miembros de la mesa directiva escolar antes de continuar con la recomendación sobre las normas? Por ejemplo, es posible que usted necesite más información sobre las entradas en la recaudación de fondos del distrito antes de proceder.
- ¿Sería posible que la presión del público impulse a la mesa directiva escolar a tomar acción? ¿La cobertura en los medios de comunicación o una campaña de escritura de cartas podrían crear presión?
- ¿Hay otras organizaciones/personas que tengan el poder de influir en la mesa directiva escolar con más eficacia que nuestros socios actuales?

Es posible que al pasar el tiempo usted tenga que aceptar un “no,” si es que sus intenciones por satisfacer las necesidades de la mesa directiva escolar, y la reformulación de su mensaje, no funcionan. Pero también es posible que usted haya avanzado bastante en la concientización de los miembros de la mesa directiva escolar, y la concientización de su comunidad, acerca de las normas de alimentación.

Independientemente del resultado, recuerde dar las gracias a su mesa directiva escolar.

Es importante dar un reconocimiento a los miembros de la mesa directiva escolar que se han distinguido públicamente como campeones de la alimentación escolar. Esto les alentará a continuar trabajando sobre este asunto y también acarreará una atención positiva hacia al apoyo del distrito al consumo de alimentos saludables. Algunas de las formas de agradecer públicamente a los miembros de la mesa directiva escolar incluyen:

- Nominar un miembro de la mesa directiva escolar que ha sido el campeón de su asunto, para algún premio de una organización de la comunidad o una organización estatal. Por ejemplo, la Asociación de mesas directivas escolares de California tiene un programa anual de premios.
- Otorgándole una placa conmemorativa a su campeón.
- Dando información a los medios de comunicación sobre cómo un miembro de la mesa directiva escolar ha contribuido a su esfuerzo. Incluya el nombre del miembro de la mesa directiva en su comunicado de prensa y en sus cartas al editor.

Para La Hoja de Trabajo A Vaya a la Página 20

Conclusión

Concientizar a los miembros de una mesa directiva escolar requiere una planificación y coordinación cuidadosa. Si usted toma el tiempo necesario para pensar cuidadosamente sobre las normas de alimentación que le gustaría ver implementadas, y el tiempo para pensar cómo comunicar sus ideas a los miembros de la mesa directiva, usted estará en mejores condiciones de crear, para todos, situaciones donde “todo-mundo-gana.” Y tendrá usted la oportunidad de describir a la mesa directiva cuales

son sus prioridades relacionadas a las normas de alimentación, y también tendrá la oportunidad de obtener la información que los miembros de la mesa directiva necesitan para tomar una decisión educada sobre las normas de alimentación.

Utilizando los formularios en cada una de las secciones le ayudará a organizar sus pensamientos y a crear un plan de acción que sea claro, conciso, y convincente.

Fuentes

1. Tufts University Statement. Center on Hunger, Poverty, and Nutrition Policy. 1994. Statement on the Link Between Nutrition and Cognitive Development in Children. Medford, MA: Tufts University, Center on Hunger, Poverty, and Nutrition Policy.
2. Troccoli, K. B., Eat to Learn, Learn to Eat: The Link between Nutrition and Learning in Children. Washington, DC: National Health/Education Consortium, 1993. A summary appears in: ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education, “Children’s nutrition and learning,” ERIC Digest, Urbana, Illinois, ED369579, June 1994.
3. Brown, L., Pollitt, E. Malnutrition, poverty and intellectual development. *Scientific American* 1996;274(2):38-43.
4. Bogden, J. F. Fit, healthy, and ready to learn: a school health policy guide. Alexandria (VA): NASBE, 2000.
5. Pollitt, E., Leibel, R., Greenfield, D. Brief fasting, stress, and cognition in children. *American Journal of Clinical Nutrition* 1991;34(Aug):1526-1533.
6. McCormack Brown KR, Pitt S. Review of Literature for the Examination of Communication Factors Affecting Policymakers. California Project LEAN, *Food on the Run*; 2001. A Report to California Project LEAN of the California Department of Health Services and the Public Health Institute.
7. McCormack Brown KR, Henry T, Pitt S. Formative Research: Key Informant Interviews California Project LEAN, *Food on the Run*; 2001. A Report

to California Project LEAN of the California Department of Health Services and the Public Health Institute.

8. McCormack Brown KR. School Board Member and Superintendent Survey Results for Examination of Communication Factors Affecting Policymakers. California Project LEAN, *Food on the Run*; 2001. A Report to California Project LEAN of the California Department of Health Services and the Public Health Institute.
9. McCormack Brown KR. Lindenberger JH, Berends VL. School Board Members' Policy Decision-Making Social Marketing Plan. University of South Florida, Prevention Research Center; 2002. A Report to the Public Health Institute and the California Department of Health Services.

Reconocimientos

“Cómo Aproximarse a los Miembros de una Mesa Directiva Escolar” es una producción del Proyecto LEAN de California, Programa *Food on the Run*. La misión del Proyecto LEAN es aumentar la alimentación saludable y la actividad física, a fin de reducir la prevalencia de enfermedades crónicas tales como enfermedades del corazón, cáncer, derrame cerebral, osteoporosis y diabetes, especialmente entre las poblaciones en alto-riesgo y aquellas menos favorecidas.

La elaboración de este material ha sido posible con fondos recibido bajo el contrato Número 01-15552 con el Departamento de Salud de California, Sección de Investigación del Cáncer. Este documento se imprimió con apoyo de los Servicios de Salud Preventivos por parte de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

“Cómo Aproximarse a los Miembros de una Mesa Directiva Escolar” fue escrito por:

California Project LEAN
Amanda Purcell, M.P.H.
Jennifer Robertson, M.S., R.D.
Victoria Berends, B.S.

Con la asistencia de:

University of South Florida
Kelli McCormack Brown, Ph.D., CHES
Arlene E. Calvo, MPH

Traducción al Español a cargo de:

- Herrera Communications
- California Project LEAN
Nestor Martínez, M.P.H., R.D.
Luz María Rodríguez, B.A.

Lecto-correcciones a cargo de:

California Project LEAN
Noralee Cole

Diseño gráfico y diagramación por:

California Project LEAN
Maran Kammer-Perez

Estos materiales pueden ser reproducidos con fines educacionales.

California Project LEAN
P.O. Box 997413, MS-7211
Sacramento, CA 95899-7413
(916) 552.9907
Fax (916) 552.9909

Visite nuestra página profesional en
www.CaliforniaProjectLEAN.org

Visite nuestra página para jóvenes en
www.CaProjectLEAN.org

Nueva Edición mayo del 2004
diciembre del 2002

Los Intereses y Preocupaciones de los Miembros de la Mesa Directiva Escolar

Nombre del miembro de la mesa directiva escolar: _____

Número de teléfono en el trabajo: _____

Dirección de correo electrónico/E-Mail: _____

	¿Cómo encontrar esta información?	Calendarización	Responsable	¿Cuáles fueron los resultados?
Intereses especiales				
Interés en enfermedades crónicas				
Asuntos actuales a tratar en la mesa directiva escolar				
Inquietudes de los miembros de la mesa directiva relacionados a las normas de alimentación propias				
Intereses de los miembros de la mesa directiva relacionados a las normas de alimentación propias				
Sería este miembro de la mesa directiva un(a) posible aliado(a)				
Otros				

Reclute A Socios Para que le Ayuden

Describa el tipo de socios que va a necesitar para responder a los intereses e inquietudes de los miembros de la mesa directiva escolar. ¿Cómo va usted a reclutar a esos socios? Recuerde, los miembros de la mesa directiva escolar pueden servir también como socios efectivos. Para más información, vaya a la sección correspondiente en el cuaderno de trabajo.

Miembro de la mesa directiva escolar: _____

Intereses/Inquietudes del Miembro de la Mesa Directiva Escolar

Socio Potencial Para Ayudar

Técnica de Reclutamiento

Calendarización

Responsable

Cómo Concientizar a los Miembros de la Mesa Directiva Escolar

Describa cómo comunicará usted su mensaje sobre las normas de alimentación a los miembros de la mesa directiva escolar. ¿Cómo enlazará usted su mensaje a los intereses e inquietudes de los miembros de la mesa directiva escolar? Para más información, consulte la sección correspondiente en el cuaderno de trabajo.

Miembro de la Mesa Directiva escolar: _____

Mensaje sobre las Normas

Socio que Presentará el Mensaje

Técnica Educativa

Capacitación que el Socio Debe Tener

Calendarización

Responsable

Diseñe una Norma de Alimentación Para el Distrito Escolar

Describa los pasos a seguir para alcanzar su meta de cambio en las normas de alimentación después de su interacción inicial con la mesa directiva escolar. Planifique una estrategia para las respuestas de la mesa directiva va escolar “sí,” “quizá,” y “no”. No se le olvide incluir una estrategia para dar las gracias a la mesa directiva escolar. Para más información, consulte la sección correspondiente del cuaderno de trabajo.

Distrito Escolar: _____

Sí ¿Cómo les va a ayudar a elaborar las normas de alimentación?

Estrategia _____

Calendarización _____

Responsable _____

Quizá ¿Cómo les va a ayudar usted a decidir elaborar las normas de alimentación?

Estrategia _____

Calendarización _____

Responsable _____

No ¿Cómo les va usted a convencer a que estén de acuerdo en considerar la elaboración de las normas de alimentación?

Estrategia _____

Calendarización _____

Responsable _____